"A worthy book [that] brings us genuinely new ideas and fresh perspectives on parenting."
—Mary Pipher, Ph.D., author of *Reviving Ophelia*

Hold On to Your Kids

WHY PARENTS NEED TO MATTER MORE THAN PEERS

Gordon Neufeld, Ph.D.,
and Gabor Maté, M.D.

"A worthy book [that] brings us genuinely new ideas and fresh perspectives on parenting."
—Mary Pipher, Ph.D., author of *Reviving Ophelia*

Hold On to Your Kids

WHY PARENTS NEED TO MATTER MORE THAN PEERS

Gordon Neufeld, Ph.D.,
and Gabor Maté, M.D.

Lauda pentru

ȚINEȚI-VĂ DE COPII

„Această carte importantă afirmă cu îndrăzneală problema „orientării către egali” și elaborează planuri pentru soluția ei. Să luăm în serios sugestiile sale acum, astfel încât împreună să putem îmbunătăți viitorul copiilor noștri.”

profesor clinic asociat de psihiatrie, UCLA, autorul cărții The Developming Mind și coautor al cărții Parenting from the Inside Out

—DANIEL J. SIEGEL, M.D.,

„Hold on to Your Kids este o carte vizionară care depășește explicațiile obișnuite pentru a lumina o criză de proporții nerecunoscute. Autorii ne arată cum pierdem contactul cu copiii noștri și cum această pierdere subminează dezvoltarea lor și amenință însăși structura societății. Cel mai important, ei oferă, prin exemple concrete și sugestii clare, un ajutor practic pentru ca părinții să-și îndeplinească rolurile instinctuale. O carte genială și bine scrisă, una care trebuie luată în serios, foarte în serios.”

profesor internațional și autor al celor mai bine vândute cărți

Waking the Tiger: Vindecarea traumei și nu va răni pentru totdeauna: Îndrumarea copilului dvs. prin traumă

—PETER A. LEVINE, Ph.D.,

„Gândurile și perspectivele prezentate de autori sunt informative – chiar inspiraționale – pentru cei care aleg să-și dedice viața și energia studenților.”

—Buletinul Asociației Naționale a Directorilor de Școli Gimnaziale

„Cu perspective originale despre atașamentele părinte-copil și despre modul în care părinții le pot restaura, aceasta este o carte pentru revitalizarea familiilor și reaprinderea cântecului din inimile copiilor lor.”

trubadur al copiilor, fondator al Institutului Child Honoring Society -Raffi,

„Cu idei și pași simpli, această carte se adresează nu numai părinților, ci tuturor celor – educatori, asistenți sociali, consilieri – ale căror vieți și muncă îi pun în contact cu copiii.”

— Quill & Quire

„Deși aceasta este teoria personală a lui Neufeld, Maté (Scattered Minds and When the Body Says No) și-a exprimat ideile colegului său într-o proză precisă și puternică, care face ca ideile complexe să fie accesibile fără a le amuți. Rezultatul este o carte care prinde greu, cu potențialul de a lovi mulți părinți acolo unde locuiesc.”—

Jurnalul Edmonton

„Poate servi ca un semnal de trezire puternic pentru mame și tați... Acesta este ceea ce mulți dintre ceilalți nu fac – acea marfă rară cunoscută sub numele de bun simț.”

—Winnipeg Free Press

„Cu beneficiul a treizeci de ani de cercetare și experiență, Neufeld a elaborat o teorie coerentă și convingătoare a dezvoltării copilului, care va provoca o fricțiune imediată de recunoaștere și acceptare în cititorii săi. Abordarea lui are puterea de a schimba, dacă nu de a salva, viețile copiilor noștri.”

— Poșta Națională

HOLD ON TO YOUR KIDS

WHY PARENTS NEED TO MATTER MORE THAN PEERS

GORDON NEUFELD, PH.D.,
AND GABOR MATÉ, M.D.

UPDATED EDITION
with new chapters on raising children in a digital world!

BALLANTINE BOOKS TRADE PAPERBACKS
New York

Exemplele de caz din această carte provin din experiența clinică a autorilor sau din interviuri personale. În toate cazurile, numele au fost schimbate pentru a proteja confidențialitatea.

2014 Ballantine Books Trade Paperback Edition

Copyright © 2004, 2005, 2014 de către Gordon Neufeld, Ph.D., și Gabor Maté, M.D.

Toate drepturile rezervate.

Publicat în Statele Unite de Ballantine Books, o amprentă a Random House, o divizie a Random House LLC, o companie Penguin Random House, New York.

BALLANTINE și colofonul HOUSE sunt mărci comerciale înregistrate ale Random House LLC.

Publicat inițial într-o formă diferită de Alfred A. Knopf Canada, în 2004. Publicat ulterior pe hardcover în Statele Unite de către Ballantine Books, o amprentă a Random House, o divizie a Random House LLC, în 2005.

Neufeld, Gordon.Trăiți-vă copiii: de ce părinții trebuie să conteze mai mult decât colegii /Gordon Neufeld și Gabor Maté.p. cm.Include referințe bibliografice.ISBN 978-0-375-76028-0 (Paperback) ISBN 978-0-307-48596-0 (eBook)1. Părinte și copil. 2. Influențe parentale. 3. Parenting.4. Presiunea de la egal la copii. 5. Dezvoltarea copilului. I. Maté, Gabor. II Titlu.HQ755.85.N48 2005303.3′27—dc22 2005042118

www.ballantinebooks.com

v3.0_r2

Dedicăm această carte copiilor noștri, precum și actualilor și viitorilor copiilor noștri.

Ei au inspirat aceste perspective și ne-au dat motive întemeiate să le articulăm.

Tamara, Natasha, Bria, Shay și Braden

Daniel, Aaron și Hannah

Kiara, Julian și Sinead

Acțiunea are sens doar în relație și fără a înțelege relația, acțiunea la orice nivel va genera doar conflict. Înțelegerea relației este infinit mai importantă decât căutarea oricărui plan de acțiune.

J.KRISHNAMURTI

NOTĂ PENTRU CITITOR

GORDON NEUFELD și cu mine ne cunoaștem de mulți ani, ne-am cunoscut când soția mea, Rae, și cu mine am apelat la el pentru sfaturi cu copilul nostru cel mai mare. Fiul nostru avea atunci opt ani. Am crezut că avem un copil cu probleme pe mâini. Gordon ne-a arătat, pe scurt, că nu există nicio problemă cu copilul sau cu noi înșine, doar cu abordarea noastră a relației noastre cu el. Câțiva ani mai târziu, am devenit îngrijorați când cel de-al doilea fiu al nostru, când era tânăr adolescent, părea să nu ne mai accepte autoritatea și nici măcar să ne dorească compania. Din nou, l-am consultat pe Gordon, al cărui răspuns a fost că trebuia să-l atragem înapoi într-o relație cu noi, departe de semenii săi. Atunci am aflat pentru prima dată despre conceptul dr. Neufeld de orientare către egali, despre parintii care au înlocuit părinții ca influență principală asupra copiilor și despre numeroasele consecințe negative ale acestei schimbări, endemică în societatea modernă. De atunci am avut multe motive să fiu recunoscător pentru perspectivele pe care le-am dobândit apoi Rae și eu.

Gordon și cu mine am scris Hold On to Your Kids cu intenția radicală de a trezi din nou instinctele naturale de părinte ale oamenilor. Dacă cartea noastră reușește în acest scop, ea va sta pe cap o mare parte din ceea ce este în prezent perceput ca înțelepciune despre modul în care copiii ar trebui să fie crescuți și educați. Accentul nostru nu se pune pe ceea ce ar trebui să facă părinții, ci pe cine trebuie să fie pentru copiii lor. Oferim aici o înțelegere a copilului, a dezvoltării copilului și, de asemenea, a impedimentelor care stau astăzi în calea dezvoltării sănătoase a copiilor noștri. Din această înțelegere și din angajamentul sincer pe care părinții îl aduc în sarcina de a crește copiii, va apărea înțelepciunea spontană și plină de compasiune care este sursa unei educații de succes.

Obsesia modernă pentru parenting ca un set de abilități de urmat pe liniile recomandate de experți este, într-adevăr, rezultatul intuițiilor pierdute și al unei

relații pierdute cu copiii pe care generațiile anterioare le-ar putea lua de la sine înțeles. Asta înseamnă parentalitatea, o relație. Biologia sau căsătoria sau adopția ne pot numi să luăm acea relație, dar numai o conexiune bidirecțională cu copilul nostru o poate asigura. Când parentalitatea noastră este în siguranță, instinctele naturale sunt activate care dictează mult mai inteligent decât orice expert cum să-i hrănească și să-i învețe pe cei mici aflați în grija noastră. Secretul este să onorăm relația noastră cu copiii noștri în toate interacțiunile noastre cu ei.

În lumea de astăzi, din motive pe care le vom clarifica, parentalitatea este subminată. Ne confruntăm cu multă competiție insidioasă care ne-ar îndepărta copiii de noi, în timp ce, simultan, suntem atrași de părinți. Nu mai avem baza economică și socială pentru o cultură care să susțină paternitatea și să-și păstreze misiunea sacră. Dacă culturile anterioare ar putea presupune că atașamentul copiilor față de părinții lor a fost ferm și de durată, noi nu avem acest lux. Ca părinți moderni, trebuie să devenim conștienți de ceea ce lipsește, de ce și cum lucrurile nu funcționează în educația și educația copiilor și adolescenților noștri. Această conștientizare ne va pregăti pentru provocarea de a crea o relație cu copiii noștri în care noi, adulții care îngrijesc, suntem din nou în frunte, fără a ne baza pe constrângere și consecințe artificiale pentru a câștiga cooperarea, respectarea și respectul copiilor noștri. În relația lor cu noi, copiii noștri își vor atinge destinul de dezvoltare de a deveni ființe independente, automotivate și mature, care își prețuiesc propria valoare de sine și sunt conștienți de sentimentele, drepturile și demnitatea umană ale altora.

Hold On to Your Kids este împărțit în cinci părți. Primul explică ce este orientarea la egal la egal și cum a ajuns să fie o dinamică atât de răspândită în cultura noastră. Partea a doua și a treia detaliază numeroasele efecte negative ale orientării către colegi, respectiv, asupra capacității noastre de a fi părinți și asupra dezvoltării copiilor noștri. De asemenea, în aceste prime trei părți, liniile dezvoltării sănătoase ale copilului sunt gravate, în contrast cu dezvoltarea perversă promovată de cultura de la egal la egal. Partea a patra oferă un program pentru construirea unei legături de durată cu copiii noștri, o relație care va servi drept cocon sigur pentru maturizarea lor. A cincea și ultima parte explică cum să prevenim seducția copiilor noștri de către lumea egală.

Antecedentele și experiența doctorului Neufeld ca psiholog și munca sa genial de originală sunt sursa tezei centrale pe care o prezentăm și a sfatului pe care îl oferim. În acest sens, el este singurul autor. Mulți dintre miile de părinți și

educatori care au participat la seminariile lui Gordon de-a lungul deceniilor l-au întrebat, cu o oarecare nerăbdare: „Când apare cartea ta?” Că pregătirea și publicarea cărții Hold On to Your Kids nu mai trebuie amânată pentru o perioadă viitoare este contribuția mea. Planificarea, scrierea și modelarea cărții au fost munca noastră comună.

Sunt mândru să ajut să aduc ideile transformatoare ale lui Gordon Neufeld unui public mult mai larg. Acest lucru este de mult așteptat și amândoi ne simțim recunoscători că am stabilit o prietenie și un parteneriat de lucru care a făcut posibilă crearea acestei cărți. Sperăm – și mai mult, avem încrederea să credem – că cititorul va descoperi că și a noastră a fost o colaborare norocoasă.

De asemenea, dorim să mulțumim celor doi editori ai noștri, Diane Martin din Toronto și Susanna Porter din New York. Diane a văzut posibilitățile din această lucrare încă de la început și a susținut-o cu căldură pe tot parcursul. Susanna și-a lucrat cu răbdare și expertiză într-un manuscris oarecum turgente și greoi și, cu sugestiile ei înțelepte, ne-a ajutat să ne ușurăm drumul spre pregătirea unei versiuni mai ușoare și mai bine organizate, în care mesajul nostru să apară cu mai multă claritate. Rezultatul este o carte pe care cititorii o vor găsi mai simpatică și cu siguranță autorii sunt mai fericiți.

GABOR MATE, M.D.

MULȚUMIRI

ȘAPTE OAMENI au oferit asistență indispensabilă, practică și practică în formarea și pregătirea acestei cărți: Gail Carney, Christine Dearing, Sheldon Klein, Joy Neufeld, Kate Taschereau, Suzanne Walker și Elaine Wynne. În mod colectiv, au devenit cunoscuți sub numele de Grupul de marți seara. S-au întâlnit cu noi săptămânal, de la prima scriere până la transmiterea finală a manuscrisului. Ei au deliberat, au dezbătut și au criticat mai întâi conceptele care trebuiau prezentate și apoi, capitol cu capitol, lucrările în curs care au devenit Hold On to Your Kids. Grupul s-a angajat să aducă mesajul nostru în tipar într-un mod care să respecte intenția cărții și, în același timp, nevoile și sensibilitățile cititorului. Noi, cei doi autori, am venit să așteptăm cu nerăbdare aceste întâlniri pline de viață și fructuoase și am experimentat un sentiment de pierdere și regret atunci când finalizarea manuscrisului a dus și la sfârșitul întâlnirilor noastre obișnuite. Ne recunoaștem cu recunoștință datoria față de Grupul de marți seara: fără sprijinul lor dedicat, sarcina noastră ar fi fost mai grea și rezultatul nostru mai puțin satisfăcător.

CUPRINS

Acoperi
Pagina titlu
Drepturi de autor
Dedicare
Epigraf
Mulțumiri

PARTEA I FENOMENUL ORIENTĂRII PEER

1. De ce părinții contează mai mult ca niciodată
2. Atașamente distorsionate, instincte subvertite
3. De ce ne-am desfăcut

PARTEA A DOUA SABOTATĂ: CUM ORIENTAREA PEER SUBMINEAZĂ PĂRINȚIA

4. Puterea de a părinți scapă
5. De la ajutor la obstacol: când atașamentul funcționează împotriva noastră
6. Contravoința: De ce copiii devin neascultători
7. Flatlining of Culture

PARTEA A TREIA BLOCAT ÎN IMATURITATE: CUM ORIENTAREA PEER IMPULSĂ DEZVOLTAREA SĂNĂTOASĂ

8. Zborul periculos din sentiment
9. Blocat în imaturitate
10. O moștenire a agresivității
11. Crearea agresiunilor și a victimelor

12. O turnură sexuală
13. Studenți neînvățați

PARTEA A PATRA CUM SĂ NE ȚINEM DE COPIII NOȘTRI (SAU CUM SĂ ÎI RECLAM)

14. Adunarea copiilor noștri
15. Păstrează legăturile care dă putere
16. Disciplina care nu se divide

PARTEA A CVINEA PREVENIREA ORIENTĂRII PEER

17. Nu concurați competiția
18. Recreează Satul Atașamentului

PARTEA A ȘASEA UN POSTSCRIPT PENTRU ERA DIGITALĂ (CUM SĂ ȚINEȚI COPIILOR ÎN EPOCA INTERNETULUI, TELEFONULUI MOBILE ȘI A JOCURILOR VIDEO)

19. Revoluția digitală s-a îndoit
20. O chestiune de sincronizare

Glosar

Note

Despre autor

PART ONE

THE PHENOMENON OF PEER ORIENTATION

1 DE CE PĂRINȚII CONTĂ MAI MAI CA ORICĂDATĂ

Jeremy, în vârstă de doisprezece ani, este aplecat deasupra tastaturii, cu ochii îndreptați spre monitorul computerului. Este ora opt seara și temele de mâine sunt departe de a fi finalizate, dar îndemnurile repetate ale tatălui său de a „lua mai departe” cad în urechi surde. Jeremy este pe MSN Messenger, schimbând notițe cu prietenii săi: bârfă despre cine îi place pe cine, diferențierea cine este prieten și cine inamic, dispute despre cine a spus ce cui cui la școală în acea zi, cele mai recente despre cine este fierbinte și cine este. nu. „Nu mă mai deranjează”, se răstește el către tatăl său care, încă o dată, vine să-i amintească de temele școlare. „Dacă ai face ceea ce ar trebui să faci”, răspunde tatăl, cu tonul tremurând de frustrare, „Nu te-aș supăra”. Bătălia verbală se intensifică, vocile devin stridente și, în câteva clipe, Jeremy strigă „Nu înțelegi nimic”, în timp ce trântește ușa.

Tatăl este supărat, supărat pe Jeremy dar, mai ales, pe sine. „Am suflat din nou”, crede el. „Nu știu cum să comunic cu fiul meu.” El și soția lui sunt amândoi îngrijorați de Jeremy: cândva copil cooperant, acum este imposibil de controlat sau chiar de sfătuit. Atenția lui pare concentrată exclusiv pe contactul cu prietenii săi. Același scenariu de conflict este jucat în casă de mai multe ori pe săptămână și nici copilul, nici părinții nu sunt capabili să răspundă cu gânduri sau acțiuni noi pentru a ieși din impas. Părinții se simt neputincioși și neputincioși. Ei nu s-au bazat niciodată prea mult pe pedepse, dar acum sunt din ce în ce mai înclinați să „coboare boom-ul”. Când o fac, fiul lor devine din ce în ce mai amar și mai sfidător.

Ar trebui să fie atât de dificil să fie părinte? A fost mereu așa? Generațiile mai în vârstă s-au plâns adesea în trecut că tinerii sunt

mai puțin respectuoși și mai puțin disciplinați decât înainte, dar astăzi mulți părinți știu intuitiv că ceva nu este în regulă. Copiii nu sunt chiar la fel cum ne amintim. Este mai puțin probabil să-și ia indiciile de la adulți, mai puțin frică să nu aibă probleme. De asemenea, par mai puțin inocenți și naivi – lipsind, se pare, minunea cu ochii mari care-l face pe copil să aibă entuziasm pentru lume, pentru a explora minunile naturii sau ale creativității umane. Mulți copii par nepotrivit de sofisticați, chiar obosiți în anumite privințe, pseudo-maturi înainte de vremea lor. Ei par să se plictisească ușor atunci când sunt departe unul de celălalt sau când nu sunt implicați în tehnologie. Jocul creativ, solitar pare un vestigiu al trecutului. „În copilărie eram fascinată la nesfârșit de lutul pe care îl săpam dintr-un șanț de lângă casa noastră", își amintește o mamă în vârstă de patruzeci și patru de ani. „Mi-a plăcut senzația; Mi-a plăcut să-l modelez în forme sau doar să-l frământ în mâini. Și totuși, nu-l pot determina pe fiul meu de șase ani să se joace singur, decât dacă este cu computerul sau Nintendo sau jocurile video."

Părintele, de asemenea, pare să se fi schimbat. Părinții noștri erau mai încrezători, mai siguri de ei înșiși și aveau mai mult impact asupra noastră, la bine și la rău. Pentru mulți astăzi, parentingul nu se simte natural.

Părinții din ziua de azi își iubesc copiii la fel de mult cum au făcut-o vreodată părinții, dar dragostea nu trece întotdeauna. Avem la fel de multe de predat, dar capacitatea noastră de a ne transmite cunoștințele s-a diminuat cumva. Nu ne simțim împuterniciți să ne ghidăm copiii spre împlinirea potențialului lor. Uneori, trăiesc și se comportă ca și cum ar fi fost seduși de noi de un cântec de sirenă pe care nu-l auzim. Ne temem, chiar dacă doar vag, că lumea a devenit mai puțin sigură pentru ei și că suntem neputincioși să-i protejăm. Decalajul care se deschide între copii și adulți poate părea uneori de nedepășit.

Ne străduim să fim la înălțimea imaginii noastre despre cum ar trebui să fie parenting. Neobținând rezultatele pe care ni le dorim, ne implorăm copiii, ne convingem, mituim, recompensăm sau pedepsim. Ne auzim adresându-le lor în tonuri care ni se par dure

chiar și nouă și străine de adevărata noastră natură. Simțim că ne răcim în momentele de criză, tocmai atunci când am dori să ne chemăm iubirea necondiționată. Ne simțim răniți ca părinți și respinși. Ne învinovățim că am eșuat la sarcina parentală, sau copiii noștri pentru că sunt recalcitranți, sau televiziunea pentru că le distrage atenția, sau sistemul școlar pentru că nu este suficient de strict. Când impotența noastră devine insuportabilă, apelăm la formule simpliste, autoritare, în concordanță cu etosul do-it-yourself/remediere rapidă a erei noastre.

Însăși importanța educației parentale pentru dezvoltarea și maturizarea tinerilor ființe umane a fost pusă sub semnul întrebării. „Contează părinții?" a fost titlul unui articol de copertă din revista Newsweek în 1998. „Parenting has been oversold", argumenta o carte care a primit atenție internațională în acel an. „Ai fost făcut să crezi că ai o influență mai mare asupra personalității copilului tău decât o ai cu adevărat."

Problema influenței parentale ar putea să nu fie chiar atât de crucială dacă lucrurile ar merge bine cu tinerii noștri. Faptul că copiii noștri par să nu ne asculte sau să ne îmbrățișeze valorile ca pe ale lor, ar fi acceptabil în sine dacă ar fi cu adevărat autosuficienți, auto-direcționați și întemeiați pe ei înșiși, dacă ar avea un sentiment pozitiv despre cine. sunt și dacă posedau un simț clar al direcției și al scopului în viață. Vedem că atât de mulți copii și tineri adulți le lipsesc aceste calități. În case, în școli, în comunitate după comunitate, tinerii în curs de dezvoltare și-au pierdut acostele. Mulți sunt lipsiți de autocontrol și sunt din ce în ce mai predispuși la alienare, consumul de droguri, violență sau doar o lipsă generală de scop. Sunt mai puțin predabili și mai greu de gestionat decât omologii lor de acum câteva decenii. Mulți și-au pierdut capacitatea de a se adapta, de a învăța din experiența negativă și de a se maturiza. Un număr fără precedent de copii și adolescenți li se prescriu acum medicamente pentru depresie, anxietate sau o serie de alte diagnostice. Criza tinerilor s-a manifestat în mod amenințător în problema tot mai mare a bullying-ului în școli și, la extrem, în uciderea copiilor de către copii. Asemenea tragedii, deși

rare, sunt doar cele mai vizibile erupții ale unei stări de rău larg răspândite, o serie agresivă răspândită în cultura tinerilor de astăzi.

Părinții dedicați și responsabili sunt frustrați. În ciuda grijii noastre iubitoare, copiii par foarte stresați. Părinții și alți bătrâni nu mai par a fi mentorii naturali pentru tineri, așa cum a fost întotdeauna cazul ființelor umane și este încă cazul tuturor celorlalte specii care trăiesc în habitatele lor naturale. Generații în vârstă, părinți și bunici ai grupului baby-boomer, ne privesc cu neînțelegere. „Nu aveam nevoie de manuale despre educație în zilele noastre, doar am făcut-o", spun ei, cu un amestec de adevăr și neînțelegere.

Această stare de lucruri este ironică, având în vedere că se știe mai multe despre dezvoltarea copilului decât oricând și că avem mai mult acces la cursuri și cărți despre creșterea copiilor decât orice generație anterioară de părinți.

CONTEXTUL LIPSĂ PENTRU PARINTE

Deci ce s-a schimbat? Problema, într-un cuvânt, este contextul. Indiferent cât de bine intenționați, pricepuți sau plini de compasiune am fi, parentingul nu este ceva în care ne putem angaja cu orice copil. Parentingul necesită un context pentru a fi eficient. Un copil trebuie să fie receptiv dacă vrem să reușim să-l hrănim, să-l mângâiem, să-l călăuzim și să-l dirijam. Copiii nu ne acordă în mod automat autoritatea de a-i părinți doar pentru că suntem adulți sau doar pentru că îi iubim sau credem că știm ce este bine pentru ei sau avem în vedere interesul lor. Părinții vitregi se confruntă adesea cu acest fapt, la fel ca și alții care trebuie să aibă grijă de copii care nu sunt ai lor, fie ei părinți adoptivi, babysitter, bone, îngrijitoare sau profesori. Chiar și în cazul propriilor copii, autoritatea naturală parentală se poate pierde dacă contextul acesteia devine erodat.

Dacă abilitățile parentale sau chiar să iubești copilul nu sunt suficiente, de ce este nevoie atunci? Există o relație specială indispensabilă, fără de care parentingul nu are o bază solidă. Dezvoltatorii – psihologi sau alți oameni de știință care studiază

dezvoltarea umană – o numesc o relație de atașament. Pentru ca un copil să fie deschis să fie părinte de către un adult, trebuie să se atașeze activ de acel adult, să își dorească contactul și apropierea cu el. La începutul vieții, această dorință de atașare este destul de fizică – copilul se agață literalmente de părinte și trebuie să fie ținut. Dacă totul se desfășoară conform designului, atașamentul va evolua într-o apropiere emoțională și în cele din urmă într-un sentiment de intimitate psihologică. Copiii cărora le lipsește acest tip de conexiune cu cei responsabili de ei sunt foarte greu de părinți sau, adesea, chiar de predat. Doar relația de atașament poate oferi contextul potrivit pentru creșterea copiilor.

Secretul parentingului nu constă în ceea ce face un părinte, ci mai degrabă cine este părintele pentru un copil. Când un copil caută contact și apropiere cu noi, devenim împuterniciți ca un îngrijitor, un mângâietor, un ghid, un model, un profesor sau un antrenor. Pentru un copil bine atașat de noi, suntem baza ei de origine din care să se aventureze în lume, retragerea în care să se întoarcă, izvorul ei de inspirație. Toate abilitățile parentale din lume nu pot compensa lipsa relației de atașament. Toată dragostea din lume nu poate trece fără cordonul ombilical psihologic creat de atașamentul copilului.

Relația de atașament dintre copil și părinte trebuie să dureze cel puțin atâta timp cât un copil trebuie să fie părinte. Acesta este ceea ce devine din ce în ce mai dificil în lumea de astăzi. Părinții nu s-au schimbat – nu au devenit mai puțin competenți sau mai puțin devotați. Nici natura fundamentală a copiilor nu s-a schimbat – ei nu au devenit mai puțin dependenți sau mai rezistenți. Ceea ce s-a schimbat este cultura în care ne creștem copiii. Atașamentele copiilor față de părinți nu mai primesc sprijinul necesar din partea culturii și a societății. Chiar și relațiile părinte-copil care la început sunt puternice și pe deplin nutritive pot deveni subminate pe măsură ce copiii noștri se mută într-o lume care nu mai apreciază sau nu mai întărește legătura de atașament. Copiii formează din ce în ce mai mult atașamente care concurează cu părinții lor, astfel încât contextul adecvat pentru parenting este din ce în ce mai puțin

disponibil pentru noi. Nu lipsa dragostei sau a know-how-ului parental, ci eroziunea contextului de atașament face ca parentalitatea noastră să fie ineficientă.

IMPACTUL CULTURII PEER

Principalul și cel mai dăunător dintre atașamentele concurente care subminează autoritatea parentală și dragostea părintească este legătura crescândă a copiilor noștri cu semenii lor. Teza acestei cărți este că tulburarea care afectează generațiile de copii mici și adolescenți care acum se îndreaptă spre maturitate își are rădăcinile în orientarea pierdută a copiilor față de adulții care îi îngrijesc în viața lor. Departe de a căuta să stabilim încă o tulburare medico-psihologică aici – ultimul lucru de care au nevoie părinții năuciți de astăzi – folosim cuvântul tulburare în sensul său cel mai elementar: o perturbare a ordinii naturale a lucrurilor. Pentru prima dată în istorie, tinerii apelează la instruire, modelare și îndrumare nu către mame, tați, profesori și alți adulți responsabili, ci către oameni pe care natura nu a intenționat niciodată să-i plaseze într-un rol de părinte – propriii lor colegi. Nu sunt manevrabili, predabili sau se maturizează pentru că nu își mai iau indiciile de la adulți. În schimb, copiii sunt crescuți de persoane imature care nu-i pot ghida spre maturitate. Sunt crescuți unul de celălalt.

Termenul care pare să se potrivească mai mult decât oricare altul pentru acest fenomen este orientarea la egal la egal. Orientarea către egali este cea care ne-a stins instinctele de părinte, ne-a erodat autoritatea naturală și ne-a determinat să fim părinți nu din inimă, ci din cap – din manuale, sfaturile „expertilor” și așteptările confuze ale societății.

Ce este orientarea la egal la egal?

Orientarea, impulsul de a se orienta și de a se familiariza cu mediul înconjurător, este un instinct și o nevoie umană fundamentală. Dezorientarea este una dintre cele mai puțin suportabile dintre toate experiențele psihologice. Atașamentul și

orientarea sunt indisolubil împletite. Oamenii și alte creaturi se orientează automat căutând indicii de la cei de care sunt atașați.

Copiii, ca și puii oricărei specii cu sânge cald, au un instinct de orientare înnăscut: trebuie să-și obțină simțul direcției de la cineva. Așa cum un magnet se întoarce automat spre Polul Nord, tot așa și copiii au o nevoie înnăscută de a-și găsi orientarea, întorcându-se spre o sursă de autoritate, contact și căldură. Copiii nu pot suporta lipsa unei astfel de figuri în viața lor: devin dezorientați. Ei nu pot suporta ceea ce eu numesc un vid de orientare.* Părintele, sau orice adult care acționează ca înlocuitor al părintelui, este polul de orientare destinat naturii pentru copil, la fel cum adulții sunt influențele de orientare în viața tuturor animalelor care le cresc. tineri.

Se întâmplă că acest instinct de orientare al oamenilor seamănă mult cu instinctul de imprimare al unei rățuci. Eclozată din ou, rățușca imprimă imediat mamei de rață — el o va urma în jur, ținând seama de exemplul și de instrucțiunile ei până când va ajunge la o independență matură. Așa ar prefera natura, desigur. În absența rației mame, totuși, rățușca va începe să urmărească cel mai apropiat obiect în mișcare - o ființă umană, un câine sau chiar o jucărie mecanică. Inutil să spun că nici omul, câinele și nici jucăria nu sunt la fel de potrivite ca rața-mamă pentru a crește acea rățușă la o rață adultă de succes. De asemenea, dacă nu este disponibil niciun adult parental, copilul uman se va orienta către oricine este aproape. Tendințele sociale, economice și culturale din ultimele cinci sau șase decenii l-au deplasat pe părinte de la poziția pe care o intenționează ca influență orientatoare asupra copilului. Grupul de egali s-a mutat în acest vid orientativ, cu rezultate deplorabile.

După cum vom arăta, copiii nu pot fi orientați atât către adulți, cât și către alți copii simultan. Nu se poate urma două seturi de direcții conflictuale în același timp. Creierul copilului trebuie să aleagă automat între valorile parentale și valorile de la egal la egal, îndrumarea parentală și îndrumarea de la egal la egal, cultura parentală și cultura de la egal la egal ori de câte ori cei doi ar părea a fi în conflict.

Spunem oare că copiii nu ar trebui să aibă prieteni de vârsta lor sau să facă legături cu alți copii? Dimpotrivă, astfel de legături sunt naturale și pot servi unui scop sănătos. În culturile orientate către adulți, unde principiile și valorile călăuzitoare sunt cele ale generațiilor mai mature, copiii se atașează unul de celălalt fără a-și pierde orientarea sau a respinge îndrumarea părinților. În societatea noastră nu mai este cazul. Legăturile între semeni au ajuns să înlocuiască relațiile cu adulții ca surse primare de orientare a copiilor. Ceea ce este nenatural nu este contactul cu semenii, ci faptul că copiii ar fi trebuit să devină influența dominantă asupra dezvoltării celuilalt.

NORMAL DAR NU NATURAL SAU SĂNĂTOS

Atât de omniprezentă este orientarea la egal la egal în zilele noastre, încât a devenit o normă. Mulți psihologi și educatori, precum și publicul neprofesionist, au ajuns să o vadă ca fiind firească – sau, mai frecvent, nici măcar nu o recunosc ca pe un fenomen specific care trebuie distins. Este pur și simplu luat ca de la sine înțeles așa cum sunt lucrurile. Dar ceea ce este „normal”, în sensul conformării cu o normă, nu este neapărat același cu „natural” sau „sănătos”. Nu există nimic sănătos sau natural în orientarea către colegi. Abia recent această contrarevoluție împotriva ordinii naturale a triumfat în țările cele mai avansate industrial, din motive pe care le vom explora (vezi capitolul 3). Orientarea către egali este încă străină societăților indigene și chiar în multe locuri din lumea occidentală în afara centrelor urbane „globalizate”. De-a lungul evoluției umane și până în jurul celui de-al Doilea Război Mondial, orientarea adulților a fost norma în dezvoltarea umană. Noi, adulții care ar trebui să fie la conducere – părinți și profesori – ne-am pierdut influența abia recent, fără să fim conștienți că am făcut acest lucru.

Orientarea către semeni se mascadă ca fiind naturală sau nu este detectată pentru că ne-am despărțit de intuițiile noastre și pentru că, fără să vrem, ne-am orientat către egali. Pentru membrii generațiilor postbelice născuți în Anglia, America de Nord și multe alte părți ale

lumii industrializate, propria noastră preocupare față de semeni ne orbește la gravitatea problemei.

Cultura, până de curând, s-a transmis mereu pe verticală, din generație în generație. Timp de milenii, scria Joseph Campbell, „tinerii au fost educați, iar bătrânii au devenit înțelepți" prin studiul, experiența și înțelegerea formelor culturale tradiționale. Adulții au jucat un rol esențial în transmiterea culturii, luând ceea ce au primit de la proprii părinți și transmitându-l copiilor. Cu toate acestea, cultura în care sunt prezentați copiilor noștri este mult mai probabil să fie cultura semenilor lor decât cea a părinților lor. Copiii își generează propria cultură, foarte diferită de cea a părinților lor și, în anumite privințe, și foarte străină. În loc ca cultura să fie transmisă pe verticală, ea este transmisă pe orizontală în cadrul generației mai tinere.

Esențiale oricărei culturi sunt obiceiurile, muzica, îmbrăcămintea, sărbătorile, poveștile sale. Muzica pe care o ascultă copiii seamănă foarte puțin cu muzica bunicilor lor. Felul în care arată ei este dictat de felul în care arată alți copii, mai degrabă decât de moștenirea culturală a părinților. Petrecerile lor de naștere și riturile de trecere sunt influențate de practicile altor copii din jurul lor, nu de obiceiurile părinților lor dinaintea lor. Dacă toate acestea ni se par normal, se datorează doar orientării noastre către colegi. Existența unei culturi a tineretului, separată și distinctă de cea a adulților, datează de doar cincizeci de ani și ceva. Deși jumătate de secol este un timp relativ scurt în istoria omenirii, în viața unei persoane individuale constituie o întreagă eră. Majoritatea cititorilor acestei cărți vor fi deja crescuți într-o societate în care transmiterea culturii este mai degrabă orizontală decât verticală. În fiecare nouă generație, acest proces, potențial coroziv pentru societatea civilizată, capătă o nouă putere și viteză. Chiar și în cei douăzeci și doi de ani dintre primul meu și al cincilea copil, se pare că părinții au pierdut teren.

Potrivit unui amplu studiu internațional condus de psihiatrul britanic Sir Michael Rutter și criminologul David Smith, o cultură a copiilor a apărut pentru prima dată după cel de-al Doilea Război

Mondial și este unul dintre cele mai dramatice și de rău augur fenomene sociale ale secolului al XX-lea. Acest studiu, care a inclus savanți de frunte din șaisprezece țări, a legat escaladarea comportamentului antisocial de defalcarea transmiterii verticale a culturii mainstream. Însoțită de creșterea unei culturi a copiilor, distinctă și separată de cultura de masă, au fost creșteri ale criminalității, violenței, agresiunii și delicvenței în rândul tinerilor.

Aceste tendințe culturale largi sunt paralele cu modele similare în dezvoltarea copiilor noștri ca indivizi. Cine vrem să fim și cum vrem să fim sunt definite de orientarea noastră, de cine numim ca model al nostru despre cum să fim și cum să acționăm - prin cine ne identificăm. Literatura psihologică actuală subliniază rolul semenilor în crearea sentimentului de identitate al copilului. Când li se cere să se definească, copiii de multe ori nici măcar nu se referă la părinții lor, ci mai degrabă la valorile și așteptările altor copii și ale grupurilor de colegi din care fac parte. Ceva semnificativ sistemic s-a schimbat. Pentru mult prea mulți copii de astăzi, colegii au înlocuit părinții în crearea nucleului personalității lor.

În urmă cu câteva generații, toate indicii erau că părinții contau cel mai mult. Carl Jung a sugerat că nici măcar ceea ce se întâmplă în relația părinte-copil are cel mai mare impact asupra copilului. Ceea ce lipsește în acea relație lasă cea mai mare cicatrice pe personalitatea copilului – sau „nimic nu se întâmplă când ceva s-ar fi putut întâmpla în mod profitabil”, în cuvintele marelui psihiatru britanic D. W. Winnicott. Gând înfricoșător. Un gând și mai înfricoșător este că, dacă colegii i-au înlocuit pe adulți ca fiind cei care contează cel mai mult, ceea ce lipsește în acele relații cu semenii va avea cel mai profund impact. În relațiile cu semenii lipsesc absolut iubirea și acceptarea necondiționată, dorința de a se hrăni, capacitatea de a se extinde de dragul celuilalt, dorința de a se sacrifica pentru creșterea și dezvoltarea celuilalt. Când comparăm relațiile între semeni cu relațiile cu părinții pentru ceea ce lipsește, părinții apar ca niște sfinți. Rezultatele înseamnă un dezastru pentru mulți copii.

În paralel cu creșterea orientării către egali în societatea noastră, este o creștere uimitoare și dramatică a ratei de sinucidere în rândul copiilor, de patru ori în ultimii cincizeci de ani pentru intervalul de vârstă de la zece la paisprezece ani din America de Nord. Ratele de sinucidere în rândul acestui grup sunt cu cea mai rapidă creștere, cu o creștere de 120 la sută numai din 1980 până în 1992. În orașele interioare, unde colegii sunt cel mai probabil să înlocuiască părinții, aceste rate de sinucidere au crescut și mai mult. Ce se află în spatele acestor sinucideri este foarte revelator. La fel ca mulți studenți ai dezvoltării umane, am presupus întotdeauna că respingerea părinților va fi cel mai important factor precipitant. Nu mai este cazul. Am lucrat o vreme cu tineri infractori. O parte din munca mea a fost să investighez dinamica psihologică la copiii și adolescenții care au încercat să se sinucidă, cu succes sau nu. Spre șocul și surprinderea mea absolută, declanșatorul cheie pentru marea majoritate a fost modul în care au fost tratați de colegii lor, nu de părinți. Experiența mea nu a fost izolată, așa cum este confirmat de numărul tot mai mare de rapoarte de sinucideri din copilărie declanșate de respingerea colegilor și de agresiune. Cu cât semenii contează mai mult, cu atât copiii sunt mai devastați de relaționarea insensibilă a semenilor lor, de lipsa de a se potrivi, de respingerea sau ostracizarea percepută.

Nicio societate, nicio cultură nu este imună. În Japonia, de exemplu, valorile tradiționale transmise de bătrâni au cedat occidentalizării și ascensiunii unei culturi a tineretului. Acea țară a fost aproape lipsită de delincvență și probleme școlare în rândul copiilor săi până de curând, dar acum se confruntă cu cele mai nedorite produse ale orientării către egali, inclusiv fărădelege, sinucidere în copilărie și o rată în creștere a abandonului școlar. Revista Harper’s a publicat recent o selecție de note de sinucidere lăsate de copiii japonezi: cei mai mulți dintre ei au considerat hărțuirea intolerabilă din partea colegilor drept motiv pentru decizia lor de a-și lua viața.

Efectele orientării la egal la egal sunt cele mai evidente la adolescent, dar semnele sale timpurii sunt vizibile până în clasa a

doua sau a treia. Originile sale se întorc încă dinainte de grădiniță și trebuie să fie înțelese de toți părinții, în special de părinții copiilor mici care doresc să evite problema sau să o inverseze imediat ce apare.

UN SEL DE TREZIZARE

Primul avertisment a venit cu patru decenii în urmă. Manualele pe care le-am folosit pentru a-mi preda cursurile de psihologie a dezvoltării și relațiile părinte-copil conțineau referiri la un cercetător american de la începutul anilor 1960 care trase un semnal de alarmă că părinții erau înlocuiți de semeni ca sursa principală de indicii pentru comportament și valori. Într-un studiu pe șapte mii de tineri, dr. James Coleman a descoperit că relațiile cu prietenii aveau prioritate față de cele cu părinții. Era îngrijorat de faptul că a avut loc o schimbare fundamentală în societatea americană. Savanții au rămas totuși sceptici, subliniind că acesta este Chicago și nu America de Nord. Au fost optimiști că această constatare se datorează probabil perturbării societății cauzate de cel de-al Doilea Război Mondial și va dispărea de îndată ce lucrurile vor reveni la normal. Ideea ca semenii să devină influența dominantă asupra unui copil a venit din cazuri netipice la marginea societății, susțin criticii săi. Preocupările lui James Coleman au fost respinse ca alarmiste.

Și eu mi-am îngropat capul în nisip până când proprii mei copii mi-au perturbat brusc negarea. Nu mă așteptam niciodată să-mi pierd copiii în fața colegilor lor. Spre consternarea mea, am observat că, ajungând la adolescență, ambele fiice ale mele mai mari au început să orbiteze în jurul prietenilor lor, urmându-le exemplul, imitându-le limbajul, interiorizându-le valorile. A devenit din ce în ce mai dificil să le aducă la rând. Tot ceea ce am făcut pentru a-mi impune dorințele și așteptările nu a făcut decât să înrăutățească lucrurile. E ca și cum influența parentală pe care eu și soția mea am luat-o de bună s-ar fi evaporat dintr-o dată. Împărtășirea copiilor noștri este una, a fi înlocuit este cu totul alta. Credeam că copiii mei sunt imuni: nu manifestau interes pentru bande sau delincvență, au

fost crescuți în contextul unei relative stabilitate cu o familie extinsă care îi iubea cu drag, trăiau într-o comunitate solidă orientată spre familie și nu le-a fost întreruptă copilăria. printr-un mare război mondial. Descoperirile lui Coleman pur și simplu nu păreau relevante pentru viața familiei mele. Cu toate acestea, când am început să pun piesele cap la cap, am constatat că ceea ce se întâmplă cu copiii mei era mai mult tipic decât excepțional.

„Dar nu suntem menți să lăsăm drumul?" întreabă mulți părinți. „Nu sunt copiii noștri meniți să devină independenți de noi?" Absolut, dar numai când treaba noastră este făcută și doar pentru ca ei să fie ei înșiși. Se potrivesc cu așteptările imature ale grupului de colegi nu este modul în care tinerii devin adulți independenți, care se respectă. Prin slăbirea liniilor naturale de atașament și responsabilitate, orientarea către colegi subminează dezvoltarea sănătoasă.

Copiii pot ști ce vor, dar este periculos să presupunem că știu de ce au nevoie. Copilului orientat spre semeni i se pare firesc să prefere contactul cu prietenii în locul apropierea cu familia, să fie cât mai mult cu ei, să fie cât mai mult ca ei. Un copil nu știe cel mai bine. Părintul care se bazează pe preferințele copilului vă poate duce la pensie cu mult înainte ca treaba să fie terminată. Pentru a ne hrăni copiii, trebuie să-i revendicăm și să ne asigurăm nevoile de atașament.

Manifestările extreme ale orientării către egali captează atenția presei: agresiunea violentă, crimele de la egal la egal, sinuciderile din copilărie. Deși suntem cu toții șocați de astfel de evenimente îngrozitoare, cei mai mulți dintre noi nu simt că ele ne privesc direct. Și nu sunt în centrul acestei cărți. Dar astfel de tragedii din copilărie sunt doar semnele cele mai dramatice ale orientării către semeni, un fenomen care nu se mai limitează la junglele concrete și haosul cultural din marile centre urbanizate precum Chicago, New York, Toronto, Los Angeles. A lovit cartierele familiale - comunitățile caracterizate de case de clasă mijlocie și școli bune. Accentul acestei cărți nu este ceea ce se întâmplă acolo, la un pas îndepărtat de noi, ci ceea ce se întâmplă în propria noastră curte.

Pentru cei doi autori, semnalul nostru personal de trezire a venit odată cu orientarea din ce în ce mai mare către colegi a propriilor noștri copii. Sperăm că Hold On to Your Kids poate servi drept un apel de trezire pentru părinții de pretutindeni și pentru societate în general.

VEȘTILE BUNE

S-ar putea să nu reușim să inversăm forțele sociale, culturale și economice care determină orientarea către egali, dar putem face multe în casele noastre și în sălile de clasă pentru a nu fi înlocuiți prematur. Deoarece cultura nu ne mai conduce pe copiii noștri în direcția corectă – spre o independență și maturitate autentice – părinții și alți adulți care cresc copiii contează mai mult decât oricând.

Nimic mai puțin va face decât să plasăm relația părinte-copil (și adult-copil) înapoi pe fundația sa naturală. Așa cum relația se află în centrul dificultăților noastre actuale de educare și educație, ea este, de asemenea, în centrul soluției. Adulții care își întemeiază educația parentală într-o relație solidă cu părintele copil în mod intuitiv. Ei nu trebuie să recurgă la tehnici sau manuale, ci acționează din înțelegere și empatie. Dacă știm cum să fim cu copiii noștri și cine să fim pentru ei, avem nevoie de mult mai puține sfaturi despre ce să facem. Abordările practice apar spontan din propria noastră experiență odată ce relația a fost restabilită.

Vestea bună este că natura este de partea noastră. Copiii noștri vor să ne aparțină, chiar dacă nu simt așa, și chiar dacă cuvintele sau acțiunile lor par să semnaleze contrariul. Ne putem revendica rolul propriu de îngrijitori și mentori ai lor. În partea a patra a acestei cărți, vă prezentăm un program detaliat pentru menținerea copiilor aproape de noi până la maturitate și pentru restabilirea relației dacă aceasta a fost slăbită sau pierdută. Întotdeauna există lucruri pe care le putem face. Deși nicio abordare nu poate fi garantată să funcționeze în toate împrejurările, din experiența mea există multe, mult mai multe succese decât eșecuri, odată ce părinții înțeleg unde să-și concentreze eforturile. Dar vindecarea, ca

întotdeauna, depinde de diagnostic. Ne uităm mai întâi la ceea ce lipsește și la modul în care lucrurile au mers prost.

Dacă nu este menționat altfel, persoana întâi singular din această carte se referă la Gordon Neufeld.

2 ATRESE DEFORMATE,INSTINCTE SUBVERSATE

Părinții Cynthia, în vârstă de paisprezece ani, erau confuzi și tulburați. Din motive pe care nu le-au putut discerne, comportamentul fiicei lor s-a schimbat în ultimul an. Devenise grosolană, secretă și uneori ostilă. Înmuiată când era în preajma lor, părea fericită și fermecătoare când se relaționa cu prietenii ei. Era obsesivă de intimitatea ei și insista că viața ei nu era treaba părinților ei. Mamei și tatălui ei le-a fost greu să vorbească cu ea fără să fie făcuți să se simtă intruzivi. Fiica lor iubitoare anterior părea să fie din ce în ce mai puțin confortabilă în compania lor. Cynthia părea că nu se mai bucură de mesele în familie și se scuza de la masă cu prima ocazie. Era imposibil să susții vreo conversație cu ea. Singura dată când mama și-a putut determina fiica să i se alăture într-o activitate comună a fost dacă s-a oferit să meargă la cumpărături pentru haine. Fata pe care credeau că o cunosc era acum o enigmă.

În ochii tatălui ei, noua atitudine tulburătoare a Cynthia a fost pur și simplu o problemă de comportament. El dorea niște sfaturi pentru a o aduce la nivel, eșuând cu metodele obișnuite de disciplină – sancțiuni, condamnări, time-out. Au dus doar la dificultăți mai mari. La rândul ei, mama s-a simțit exploatată de fiica ei, ba chiar abuzată. Nu înțelegea comportamentul Cynthia. A reprezentat o rebeliune normală a adolescenților? Au fost responsabili hormonii adolescenței? Ar trebui părinții să fie îngrijorați? Cum ar trebui să reacționeze?

Cauza comportamentului derutant al lui Cynthia devine evidentă de la sine doar dacă ne imaginăm același scenariu în tărâmul adulților. Imaginează-ți că soțul sau iubitul tău începe brusc să se

comporte ciudat: nu te va privi în ochi, respinge contactul fizic, îți vorbește iritat în monosilabe, evită abordările tale și evită compania ta. Apoi imaginează-ți că mergi la prietenii tăi pentru sfaturi. Ți-ar spune: „Ai încercat o pauză? Ți-ai impus limite și ai clarificat care sunt așteptările tale?" Ar fi evident pentru toată lumea că, în contextul interacțiunii adulților, nu ai de-a face cu o problemă de comportament, ci cu o problemă de relație. Și probabil prima bănuială care ar apărea ar fi că partenerul tău avea o aventură.

Ceea ce ni s-ar părea atât de clar în arena adulților ne încurcă atunci când se întâmplă între copil și părinte. Cynthia era complet preocupată de semenii ei. Căutarea ei unică de contact cu ei a concurat cu atașamentul ei față de familia ei. Parcă avea o aventură.

Analogia unei aventuri se potrivește în mai multe moduri, nu în ultimul rând fiind sentimentele de frustrare, rănire, respingere și trădare experimentate de părinții Cynthia. Oamenii pot avea multe atașamente – față de muncă, familie, prieteni, o echipă sportivă, o icoană culturală, o religie – dar nu putem suporta atașamentele concurente. În cazul unei căsătorii, atunci când un atașament - orice atașament - interferează cu și amenință apropierea și legătura cu un soț, acesta va fi trăit de acel soț ca o aventură, în sensul emoțional al cuvântului. Un bărbat care își evită soția și își petrece obsesiv timp pe internet îi va evoca emoții de abandon și gelozie. În cultura noastră, relațiile între semeni au ajuns să concureze cu atașamentele copiilor față de adulți. Destul de inocent, dar cu efecte devastatoare, copiii sunt implicați în relații de atașament unii cu alții.

DE CE TREBUIE SĂ DEVENIM CONȘTIENTI DE ATASAMENT

Ce este atașamentul? Cel mai simplu spus, este o forță de atracție care trage două corpuri unul spre celălalt. Fie sub formă fizică, electrică sau chimică, este cea mai puternică forță din univers. O luăm de la sine înțeles în fiecare zi din viața noastră. Ne ține de pământ și ne ține trupurile dintr-o singură bucată. Menține particulele atomului împreună și leagă planetele pe orbită în jurul Soarelui. Îi dă universului forma sa.

În domeniul psihologic, atașamentul este în centrul relațiilor și al funcționării sociale. În domeniul uman, atașamentul este urmărirea și păstrarea proximității, a apropierii și a conexiunii: fizic, comportamental, emoțional și psihologic. Ca și în lumea materială, este invizibil și totuși fundamental pentru existența noastră. O familie nu poate fi o familie fără ea. Când ignorăm legile sale inexorabile, procesăm probleme.

Suntem creaturi de atașament, indiferent dacă suntem sau nu conștienți de asta. În mod ideal, nu ar trebui să devenim conștienți de atașament. Ar trebui să fim capabili să-i luăm forțele de la sine înțeles: ca gravitația care ne ține picioarele pe pământ, precum planetele care stau pe orbită, precum busolele noastre arătând spre Polul Nord magnetic. Nu trebuie să înțelegem atașamentul și nici măcar să știi că el există pentru a beneficia de munca și puterea lui, la fel cum nu trebuie să înțelegi computerele pentru a le folosi sau să cunoști motoarele pentru a conduce o mașină. Doar atunci când lucrurile se strică este nevoie de asemenea cunoștințe. În primul rând, atașamentul orchestrează instinctele unui copil, precum și ale unui părinte. Atâta timp cât atașamentele funcționează, ne putem permite să ne urmăm pur și simplu instinctele – automat și fără să ne gândim. Când atașamentele nu sunt în ordine, instinctele noastre vor fi și ele. Din fericire, noi, oamenii, putem compensa instinctele distorsionate prin creșterea gradului de conștientizare a ceea ce a mers prost.

De ce trebuie să devenim conștienți de atașament acum? Pentru că nu mai trăim într-o lume în care să-i putem lua munca de bună. Economia și cultura de astăzi nu mai oferă contextul pentru atașamentul natural al copiilor față de adulții lor care îi îngrijesc. Din punctul de vedere al atașamentului, putem spune cu adevărat că, ca societate, trăim vremuri fără precedent din punct de vedere istoric – iar în capitolul următor vom discuta despre modul în care bazele sociale, economice și culturale pentru atașamentele sănătoase dintre copil și părinți au fost erodate. Pentru a ne găsi calea înapoi la o educație naturală care servește cel mai bine dezvoltarea sănătoasă a copilului, trebuie să devenim pe deplin conștienți de

dinamica atașamentului. Într-o lume în creșterea turbulențelor culturale, conștiința atașamentului este probabil cea mai importantă cunoaștere pe care un părinte o poate deține. Dar nu este suficient să înțelegem atașamentul din exterior. Trebuie să o știm din interior. Cele două moduri de a cunoaște – de a cunoaște și de a experimenta intim – trebuie să se unească. Trebuie să simțim atașamentul în oase.

Atașamentul este în centrul ființei noastre, dar ca atare este și departe de conștiință. În acest sens, este ca și creierul însuși: cu cât intri mai adânc în el, cu atât găsești mai puțină conștiință. Ne place să ne vedem pe noi înșine ca niște creaturi cu intelect: Homo sapiens pe care îl numim specia noastră, „om care știe”. Și totuși, partea gânditoare a creierului nostru este doar un strat subțire, în timp ce o parte mult mai mare a circuitelor noastre cerebrale este dedicată dinamicii psihologice care servesc atașamentului. Acest aparat, care a fost numit pe bună dreptate „creierul de atașament”, este locul unde locuiesc emoțiile și instinctele noastre inconștiente. Noi, oamenii, împărtășim această parte a creierului nostru cu multe alte creaturi, dar singuri avem capacitatea de a deveni conștienți de procesul de atașament.

În viața psihologică a tânărului om în curs de dezvoltare – și pentru mulți adulți, dacă suntem sinceri în privința asta – atașamentul este cel mai important. Pentru copii, este o nevoie absolută. Incapabili să funcționeze singuri, trebuie să se atașeze de un adult. Atașarea fizică în uter este necesar până când urmașii noștri sunt suficient de viabili pentru a se naște. La fel, copiii noștri trebuie să fie atașați emoțional de noi până când sunt capabili să stea pe picioarele lor, capabili să gândească singuri și să-și determine propria direcție.

ATASAMENT SI ORIENTARE

Strâns legat de instinctul de orientare introdus în capitolul precedent, atașamentul este crucial pentru parenting, educație și transmitere a culturii. Ca și atașamentul, instinctul de orientare este de bază pentru natura noastră, chiar dacă rareori devenim conștienți

de el. În forma sa cea mai concretă și fizică, orientarea presupune localizarea în spațiu și timp. Când avem dificultăți în a face acest lucru, devenim anxioși. Dacă la trezire nu suntem siguri unde ne aflăm sau dacă încă visăm, localizarea în spațiu și timp devine prioritate. Dacă ne pierdem în timpul unei drumeții, nu ne vom opri să admirăm flora și fauna, sau să ne evaluăm obiectivele vieții sau chiar să ne gândim la cină. A ne orientare va capta toată atenția noastră și va consuma cea mai mare parte a energiei noastre.

Nevoile noastre de orientare nu sunt doar fizice. Orientarea psihologică este la fel de importantă în dezvoltarea umană. Pe măsură ce copiii cresc, ei au o nevoie din ce în ce mai mare de a se orienta: de a avea un sentiment despre cine sunt, ce este real, de ce se întâmplă lucrurile, ce este bine, ce înseamnă lucrurile. A eșua în orientare înseamnă a suferi dezorientare, a fi pierdut din punct de vedere psihologic - o stare creierul nostru este programat să facă aproape orice pentru a o evita. Copiii sunt total incapabili să se orienteze singuri. Au nevoie de ajutor.

Atașamentul oferă acest ajutor. Prima afacere a atașamentului este de a crea un punct de busolă din persoana de care este atașată. Atâta timp cât copilul se poate regăsi în raport cu acest punct de busolă, el nu se va simți pierdut. Instinctele activate în copil îl determină să țină mereu aproape acel punct de busolă. Atașamentul le permite copiilor să se plimbe cu adulți despre care, cel puțin în mintea unui copil, se presupune că sunt mai capabili să se orienteze și să-și găsească drumul.

De ce se tem copiii mai mult că orice, inclusiv vătămarea fizică, se pierde. Pentru ei, a fi pierdut înseamnă a pierde contactul cu punctul lor de busolă. Orientarea golurilor, situațiile în care nu găsim nimic sau pe cine să ne orientăm, sunt absolut intolerabile pentru creierul uman. Chiar și adulții care sunt relativ auto-orientați se pot simți puțin pierduți atunci când nu sunt în contact cu persoana din viața lor care funcționează ca punct de lucru al lor.

Dacă noi, ca adulți, putem experimenta dezorientare atunci când în afară de cei de care suntem atașați, cu cât mai mult vor avea copiii. Îmi amintesc și acum cât de lipsit m-am simțit când doamna

Ackerberg, profesoara de clasa întâi de care eram foarte atașată, lipsea: ca un suflet pierdut, tăiat în derivă, fără țel.

Un părinte este de departe cel mai bun punct de busolă al unui copil – sau un alt adult, ca un profesor, care acționează ca înlocuitor de părinte. Dar cine devine punctul de busolă este o funcție a atașamentului. Și atașamentul, după cum știm cu toții, poate fi volubil. Funcția de orientare de o importanță crucială poate fi acordată unei persoane nepotrivite pentru sarcină - semenii unui copil, de exemplu. Când un copil devine atât de atașat de semenii săi, încât ea ar prefera să fie cu ei și să fie ca ei, acei colegi, fie singuri, fie ca grup, devin punctul de lucru al acelui copil. Vor fi colegii ei cu care va căuta apropierea. Ea va căuta la colegii săi indicii despre cum să acționeze, ce să poarte, cum să arate, ce să spună și ce să facă. Semenii ei vor deveni arbitrii a ceea ce este bine, a ceea ce se întâmplă, a ceea ce este important și chiar a modului în care se definește ea. Exact asta se întâmplase în cazul Cynthia: în universul ei emoțional, colegii ei îi înlocuiseră părinții ca centru de greutate. Ea se învârtea în jurul lor – o subversie completă a ordinii naturale a lucrurilor.

Abia recent modelele de atașament psihologic ale copiilor au fost bine înțelese și înțelese. Absolut clar este că copiii erau meniți să se învârtească în jurul părinților lor și al celorlalți adulți responsabili pentru ei, la fel cum planetele se învârt în jurul soarelui. Și totuși, din ce în ce mai mulți copii orbitează acum unul în jurul celuilalt.

Departe de a fi calificați să orienteze pe oricine altcineva, copiii nici măcar nu sunt capabili să se autoorienteze în vreun sens realist al cuvântului respectiv. Semenii copiilor noștri nu sunt cei de care vrem să depindă. Ei nu sunt cei care le oferă copiilor noștri un sentiment despre ei înșiși, să sublinieze binele de rău, să distingă faptele de fantezie, să identifice ce funcționează și ce nu și să-i îndrume spre unde să meargă și cum să ajungă. Acolo.

Ce obțin copiii din orientarea unul față de celălalt? Să ne imaginăm, încă o dată, pe o potecă întunecată și încurcată în sălbăticie, complet necunoscută pentru noi. Pe cont propriu, putem simți o frică intensă sau chiar panică. Dacă suntem conduși de un

ghid care pare să știe încotro se duce sau dacă credem că o face, am proceda cu încredere. Nu ar fi nimic care să declanșeze o alarmă dacă, desigur, ghidul nostru nu și-ar trăda propria anxietate.

În același mod, folosindu-se unii pe alții ca puncte de busolă, copiii se apără de anxietatea de coșmar de a experimenta un vid de orientare. La nivel conștient, ei sunt capabili să prevină să se simtă pierduți, confuzi sau confuzi. Copiii orientați spre egali sunt remarcabil de lipsiți de aceste sentimente. Aceasta este ironia: arată ca un orb care conduce orb, ca un banc de pești care se învârt unul în jurul celuilalt, dar se simt bine. Nu pare să conteze faptul că punctele lor de busolă operaționale sunt inadecvate, inconsecvente și nesigure. Acești copii sunt pierduți și cu adevărat dezorientați, fără să se simtă în mod conștient nedumeriți.

Pentru copiii care au înlocuit adulții cu semenii lor, este suficient să fie doar unul cu celălalt, chiar dacă sunt complet în afara hartă. Ei nu acceptă îndrumări de la adulți și nu cer îndrumări. Ne frustrează cu aparenta lor certitudine că sunt în regulă, indiferent cât de clar vedem că se îndreaptă în direcția greșită sau în nicio direcție. Mulți părinți au avut experiența enervantă de a încerca să sublinieze realitatea unui adolescent a cărui lume poate fi în ruină, dar care insistă cu voioșie și fermitate că absolut nimic nu este în neregulă.

La suprafață, s-ar putea argumenta că atașamentul lor față de semeni îi servește bine dacă îi împiedică să se piardă și să nu fie năuciți. În realitate, nu îi scutește de a se pierde, ci doar de a se simți pierduți.

Cele șase moduri de atașare

Dacă vrem să ne îngrijim copiii cu succes sau dacă vrem să-i reorientăm către noi odată ce au fost seduși de cultura de la egal la egal, trebuie să ne înțelegem cu atașamentul. Următoarea discuție este menită să ajute părinții să dobândească cunoștințe practice despre această dinamică crucială. „Dacă nu-ți înțelegi copilul”, a spus o mamă intervievată pentru această carte, „nu-ți poți suporta

copilul”. Înțelegerea atașamentului este cel mai important factor în a înțelege copiii din interior spre exterior. De asemenea, ne permite să identificăm semnele de avertizare atunci când un copil devine orientat spre colegi.

Putem identifica șase moduri de atașare, fiecare dintre ele oferind un indiciu asupra comportamentului copiilor noștri – și, adesea, și asupra propriului nostru comportament. Aceste șase căi urcă de la simplu la cel mai complex. Observați că copiii orientați spre colegi tind să folosească doar cele mai elementare moduri atunci când se atașează unul de celălalt.

Simțurile

Apropierea fizică este scopul primului mod de atașare. Copilul trebuie să simtă persoana de care este atașat, fie prin miros, vedere, sunet sau atingere. Va face tot ce poate pentru a menține contactul cu acea persoană. Când apropierea este amenințată sau perturbată, el își va exprima alarma și protest amar.

Deși începe în copilărie, foamea de apropiere fizică nu dispare niciodată. Cu cât o persoană este mai puțin matură, cu atât se va baza mai mult pe acest mod de bază de atașare. Copiii orientați spre colegi, precum Cynthia, sunt preocupați să fie împreună, să ocupe același spațiu, să iasă și să rămână în contact. Când atașamentul este atât de primitiv, vorbirea poate fi farfurie și aiurea. „Eu și prietenii mei vorbim ore întregi fără să spunem nimic”, spune Peter, un tânăr de cincisprezece ani. „Totul este „ce se întâmplă” și „whazzup, omule” și „ai fumat” și „unde mergem” sau „unde este așa și așa”.” Se vorbește nu despre comunicare; este un ritual de atașament cu simplul scop de a face contact auditiv. Copiii orientați spre egali nu au idee ce îi motivează atât de intens; pentru ei se simte absolut firesc și chiar urgent să-și dorească să fie mereu aproape unul de celălalt. Ei își urmăresc doar instinctele distorsionate.

Asemănarea

Cel de-al doilea mod de atașare este, de obicei, bine pus în evidență până la copilărie. Copilul caută să fie ca cei de care se simte cel mai aproape. Ea încearcă să asume aceeași formă de existență sau expresie prin imitație și emulare. Această formă de atașament ocupă un loc proeminent în învățarea limbii și în transmiterea culturii. S-a remarcat că de la al Doilea Război Mondial vocabularul copilului obișnuit s-a diminuat semnificativ. De ce? Pentru că acum copiii dobândesc limbajul unii de la alții. Copiii orientați spre egali se modelează unul altuia mersul și vorbirea, preferințele și gesturile, aspectul și comportamentul.

Un alt mijloc de atașare prin asemănarea este identificarea. A te identifica cu cineva sau ceva înseamnă a fi una cu acea persoană sau lucru. Simțul de sine se contopește cu obiectul identificării. Această entitate poate fi un părinte, un erou, un grup, un rol, o țară, o echipă sportivă, un star rock, o idee sau chiar munca cuiva. Naționalismul și rasismul extrem se bazează pe identificarea sentimentului de sine cu țara sau grupul etnic.

Cu cât un copil sau o persoană este mai dependentă, cu atât aceste identificări sunt probabil mai intense. În societatea noastră, colegii – sau icoanele pop ale lumii egale – au devenit centrul identificării în locul părinților sau al figurilor marcante ale istoriei și culturii.

Apartenenta si loialitate

Al treilea mod de atașare își face debutul și în copilărie – dacă totul se desfășoară așa cum ar trebui. A fi aproape de cineva înseamnă a considera acea persoană ca pe propria persoană. Copilul care se atașează va pretinde oricui sau orice de care este atașat – fie că este mama sau tati, ursulețul sau surioară. În același mod, copiii orientați spre egali caută cu gelozie să se posede unul pe altul și să se protejeze împotriva pierderii. Conflictele generate de posesivitate pot deveni vicioase și intense. Cine este cel mai bun prieten al cărui prieten apare ca o întrebare pe viață sau pe moarte pentru mulți

adolescenți. Acest mod imatur de atașare predomină o mare parte din interacțiunea copiilor orientați spre egali, în special între fetele orientate spre egali.

Pe calea apartenenței vine loialitatea - a fi credincios și ascultător față de figurile de atașament alese. Copiii orientați spre egali își urmăresc instinctele naturale de atașament atunci când își păstrează secretele unul celuilalt, se iau de partea celuilalt și fac dorința celuilalt. Loialitatea poate fi intensă, dar urmează doar atașamentul. Dacă atașamentul unui copil se schimbă, se va schimba și sentimentul de apartenență și loialitate.

Copiii foarte orientați către colegi sunt notoriu loiali unul față de celălalt și grupului lor. Moartea Reenei Virk, o adolescentă din Victoria, Columbia Britanică, ucisă de colegii săi, a fost cunoscută de mulți adolescenți, dar niciun adult nu a fost spus despre asta timp de câteva zile – un incident care a devenit notoriu la nivel internațional.

Semnificație

A patra modalitate de a urmări apropierea și conexiunea este de a căuta semnificația, ceea ce înseamnă că simțim că contăm pentru cineva. Este natura umană să ținem aproape ceea ce prețuim. A fi drag cuiva înseamnă a asigura apropiere și conexiune. Preșcolarul atașat caută cu ardoare să mulțumească și să câștige aprobarea. Este extrem de sensibil la privirile de nemulțumire și dezaprobare. Astfel de copii trăiesc pentru chipul fericit al celor de care sunt atașați. Copiii orientați spre egali fac același lucru, dar chipul pe care doresc să strălucească este cel al semenilor lor. Cei pe care îi numesc „drăguți” sunt de obicei cei cărora le plac și îi aprobă, chiar dacă aceeași persoană „drăguță” este urâtă cu ceilalți.

Problema cu acest mod de atașare este că face un copil vulnerabil să fie rănit. A dori să fii semnificativ pentru cineva înseamnă a suferi atunci când simțim că nu contează pentru acea persoană

specială. A căuta favoarea cuiva duce la a te simți rănit de semne de defavorizare. Un copil sensibil poate fi zdrobit cu ușurință atunci când ochii pe care îi scanează după semne de căldură și plăcere nu se aprind în prezența lui, fie ei ochii părintelui sau ai semenului. Majoritatea părinților, deși imperfecți, sunt mult mai puțin probabil decât colegii să continue să rănească copiii în acest fel.

Sentiment

Un al cincilea mod de a găsi apropiere este prin sentiment: sentimente calde, sentimente de iubire, sentimente de afecțiune. Emoția este întotdeauna implicată în atașament, dar la un preșcolar care se poate simți profund și vulnerabil, căutarea intimității emoționale devine intensă. Copiii care urmăresc conexiunea în acest fel se îndrăgostesc adesea de cei de care se atașează. Un copil care experimentează intimitate emoțională cu părintele poate tolera mult mai multă separare fizică și, totuși, poate ține părintele aproape. Dacă atașarea prin simțuri – prima și cea mai primitivă cale – este brațul scurt al atașamentului, iubirea ar fi brațul lung. Copilul poartă imaginea părintelui iubitor și iubit în minte și găsește în ea sprijin și confort.

Dar acum intrăm pe un teritoriu periculos. A da inima cuiva înseamnă a risca să fie ruptă. Unii oameni nu își dezvoltă niciodată capacitatea de a fi deschiși emoțional și vulnerabili, de obicei din cauza percepțiilor timpurii de respingere sau abandon. Cei care au iubit și au suferit răni se pot retrage în moduri mai puțin vulnerabile de atașare. După cum vom arăta, vulnerabilitatea este ceva ce copiii orientați spre egali caută să scape. Când formele mai profunde de atașament par prea riscante, vor predomina modurile mai puțin vulnerabile. Intimitatea emoțională este mult mai puțin frecventă în rândul copiilor orientați spre egali decât la copiii orientați către părinți.

Fiind Cunoscut

Al șaselea mod de atașare este prin a fi cunoscut. Primele semne ale acestui mod final de atașare sunt de obicei observabile până când copilul intră la școală. A te simți aproape de cineva înseamnă a fi cunoscut de el. Într-un fel, aceasta este o recapitulare a atașării prin intermediul simțurilor, cu excepția faptului că a fi văzut și auzit este acum experimentat psihologic și nu strict fizic. În căutarea apropierii, un copil își va împărtăși secretele. De fapt, apropierea va fi adesea definită de secretele împărtășite. Copiilor orientați către părinți nu le place să păstreze secrete față de părinți din cauza pierderii apropierii care rezultă. Pentru un copil orientat spre colegi, cel mai bun prieten al lui este cel de care nu are secrete. Nu poți deveni mult mai vulnerabil decât să te expui psihologic. A te împărți cu altul și apoi a fi înțeles greșit sau respins este, pentru mulți, un risc care nu merită asumat. Drept urmare, aceasta este cea mai rară dintre intimități și motivul pentru care atât de mulți dintre noi sunt reticenți în a împărtăși chiar și cu cei dragi preocupările și nesiguranța noastră cele mai profunde despre noi înșine. Cu toate acestea, nu există nicio apropiere care să poată depăși sentimentul de a se simți cunoscut și de a fi în continuare plăcut, acceptat, primit, invitat să existe.

Pe măsură ce observăm copiii noștri ocupați și pe furiș schimbând secrete, este ușor să presupunem că se împărtășesc vulnerabil unul cu celălalt. De fapt, secretele pe care le împărtășesc sunt cel mai frecvent sub formă de bârfe despre alte persoane. Adevărata intimitate psihologică este excepția în rândul copiilor orientați spre egali, cel mai probabil pentru că riscurile sunt prea mari. Copiii care își împărtășesc secretele cu părinții lor sunt adesea văzuți ca puțin ciudați de prietenii lor mai orientați spre colegi. „Prietenii mei nu pot să creadă că îți spun atât de multe”, i-a spus o tânără de paisprezece ani tatălui ei într-una dintre plimbările lor împreună. „Se spune că este o nebunie.”

Șase moduri de atașare, dar o singură unitate de bază pentru conectare. Dacă dezvoltarea este sănătoasă, aceste șase fire devin împletite într-o frânghie puternică de conexiune care poate păstra

apropierea chiar și în cele mai adverse circumstanțe. Un copil complet atașat are multe moduri de a rămâne aproape și de a se ține, chiar și atunci când este separat fizic. Cu cât copilul este mai puțin matur, cu atât mai primitiv – cu atât mai mult ca al unui sugar sau al unui copil mic – va fi stilul său de atașare. Nu toți copiii ajung să-și dea seama de potențialul lor de atașament, cel mai puțin orientați către colegi. Din motive pe care le vom clarifica, copiii orientați spre egali sunt probabil să rămână imaturi și relaționarea lor emoțională este concepută pentru a evita orice sentiment conștient al vulnerabilității lor (discutat în continuare în capitolele 8 și 9). Copiii orientați spre egali trăiesc într-un univers de atașamente sever limitate și superficiale. Căutarea asemănării fiind cea mai puțin vulnerabilă modalitate de atașare, este cea aleasă de obicei de copiii obligați să caute contactul cu semenii lor. De aici și dorința lor de a se asemăna cât mai mult unul cu celălalt: de a se asemăna unul cu celălalt în privință, comportament, gândire, gusturi și valori.

În comparație cu copiii ale căror atașamente față de părinți sunt sănătoase, copiii orientați spre egali sunt adesea limitați la doar două sau trei moduri de a stabili o conexiune și de a rezista. Copiii care sunt limitati în modurile lor de atașare sunt foarte dependenți de aceste moduri, la fel cum oamenii lipsiți de vedere sunt mai dependenți de celelalte simțuri pentru a le lua în lumea lor. Dacă există un singur mod de a ține, agățarea este probabil să fie intensă și disperată. Și așa se atașează copiii orientați spre egali unul de celălalt, intens și disperat.

CÂND CONCURSĂ ANEXĂRI IMPORTANTE

Având în vedere importanța centrală a atașamentului în psihicul copilului, de cine este cel mai atașat copilul va avea cel mai mare impact asupra vieții sale.

Nu ar trebui să fie posibil ca copiii să fie conectați cu părinții și profesorii lor și, în același timp, cu semenii lor? Acest lucru este nu numai posibil, ci și de dorit, atâta timp cât acele câteva atașamente nu sunt în competiție între ele. Ceea ce nu funcționează și nu poate funcționa, este coexistența atașamentelor primare concurente, a

relațiilor de orientare concurente - cu alte cuvinte, relații de orientare cu valori conflictuale, mesaje conflictuale. Când atașamentele primare concurează, cineva va pierde. Și este ușor de înțeles de ce. Un marinar care se bazează pe o busolă nu și-ar putea găsi drumul dacă ar exista doi poli nord magnetici. Nu mai poate un copil să folosească simultan atât colegii, cât și adulții ca puncte de lucru. Copilul se va orienta fie după valorile lumii semenilor, fie după valorile părinților, dar nu pe ambele. Fie domină cultura de la egal la egal, fie cultura părinților preia conducerea. Creierul de atașament al ființelor imature nu poate tolera două influențe orientatoare de forță egală, două seturi de mesaje disonante unele cu altele. Trebuie să selecteze unul peste altul; altfel, emoțiile ar fi confuze, motivația paralizată și acțiunea afectată. Copilul nu ar ști în ce direcție să se întoarcă. În același mod, atunci când ochii unui copil diverg astfel încât acesta să aibă vedere dublă, creierul suprimă automat informațiile vizuale de la unul dintre ochi. Ochiul ignorat va orbi.

În comparație cu adulții – adulții maturi, adică – copiii sunt mult mai intens conduși de nevoile lor de atașament. Adulții pot avea și nevoi puternice de atașament, așa cum am experimentat mulți dintre noi, dar odată cu adevărata maturitate vine și o anumită capacitate de a menține acele nevoi în perspectivă. Copiii nu au o astfel de capacitate. Atunci când energiile copilului sunt investite într-o relație care concurează cu atașamentul său parental, efectele asupra personalității și comportamentului său sunt dramatice. Spre supărarea lor, părinții Cynthia au fost martori cu fiica lor.

Sub furia și frustrarea multor părinți se află un sentiment de rănire în concordanță cu sentimentul trădat. Cu toate acestea, de obicei ignorăm sau ignorăm acest avertisment intern. Încercăm să ne liniștim neliniștea reducând problema la probleme de comportament sau la hormoni sau la „răzvrătirea normală a adolescenților”. Astfel de explicații pseudobiologice sau presupuneri psihologice ne distrag atenția de la problema reală a atașamentelor incompatibile, concurente. Hormonii au făcut întotdeauna parte din structura fiziologică normală a ființelor umane, dar nu au dus întotdeauna la

alienarea masivă a părinților pe care o experimentăm astăzi. Comportamentele iritante și nepoliticoase sunt, întotdeauna, doar manifestări de suprafață ale unor probleme mai profunde. Încercarea de a pedepsi sau de a controla comportamentele fără a aborda dinamica de bază este ca un medic care prescrie ceva pentru simptome, ignorând cauzele acestora. O înțelegere mai profundă a copiilor lor îi va împuternici părinților să facă față „comportamentului rău" în moduri cu adevărat eficiente, așa cum vom arăta pe parcursul acestei cărți. În ceea ce privește rebeliunea „normală" a adolescenților: impulsul compulsiv al copiilor noștri de a aparține grupului de egali, de a se integra și de a se conforma în detrimentul propriei lor individualități adevărate, nu are nimic de-a face cu maturizarea și dezvoltarea sănătoasă, așa cum vom vedea în capitolele următoare. .

Problema fundamentală pe care noi, în calitate de părinți, trebuie să ne confruntăm este aceea a atașamentelor concurente care i-au sedus pe copiii noștri departe de grija noastră iubitoare.

CÂND ATASAMENTUL SE ÎMPOTRIVA NOI

Acum că înțelegem cum semenii lui Cynthia i-au înlocuit părinții, rămânem încă cu o întrebare îngrijorătoare: cum reținem comportamentul ei ostil față de mama și tatăl ei? Mulți părinți de adolescenți și chiar și copii mai mici din zilele noastre sunt șocați în mod similar de limbajul nepoliticos și agresiv pe care copiii lor îl adresează lor. De ce ascensiunea relațiilor între semeni duce la înstrăinarea copilului de părinți?

Răspunsul constă în natura bipolară a atașamentului. Atașamentul uman seamănă cu omologii săi fizici din lumea materială, cum ar fi magnetismul. Magnetismul este polarizat - un pol atrage acul într-o busolă, celălalt îl respinge. Deci termenul de bipolar înseamnă existența în două polarități, având doi poli în același timp. Nu este nimic anormal în această bipolaritate; este natura intrinsecă a atașamentului.

Cu cât te apropii de Polul Nord al Pământului, cu atât ești mai departe de Polul Sud. Paralela este adevărată în personalitatea umană, în special pentru copii și alte creaturi imature de atașament. Un copil care urmărește apropierea de o persoană va rezista probabil cuiva pe care îl percepe ca fiind în competiție cu acea persoană, la fel cum un adult care se îndrăgostește de cineva nou poate, dintr-o dată, să-și găsească fostul iubit insuportabil. Cu toate acestea, el, bătrânul iubit, nu s-a schimbat, ci doar atașamentele ei. Aceeași persoane pot fi dorite sau respinse, în funcție de direcția în care se îndreaptă busola atașamentului. Când atașamentul primar se schimbă, oamenii până acum apropiați de noi pot deveni dintr-o dată obiecte de dispreț, pentru a fi respinși. Asemenea schimbări pot avea loc cu o rapiditate uluitoare – așa cum au văzut mulți părinți când copilul lor vine acasă în lacrimi, amărât și descurajat de o respingere neașteptată din partea „cel mai bun prieten al său”.

Majoritatea dintre noi avem un simț intuitiv al naturii bipolare a atașamentului. Știm cât de repede urmărirea se poate transforma în distanță, placerea în repulsie, afecțiunea în dispreț, iubirea în ură. Dar puțini apreciază că astfel de emoții și impulsuri puternice sunt într-adevăr reversul aceleiași monede.

Bipolaritatea atașamentului este esențială pentru ca părinții de astăzi să înțeleagă. Odată cu creșterea orientării către egali, la fel este și alienarea parentală corespunzătoare și toate problemele care vin cu ea. Copiii de astăzi nu se întorc doar către colegii lor, ci, la fel ca Cynthia, se îndepărtează activ și energic de părinții lor. Nimic nu este neutru în atașament. În măsura în care atașamentul guvernează copilul, relațiile vor fi foarte încărcate. Atașamentul împarte lumea copilului în cei care îi plac copilului și cei cărora îi este indiferent, cei care atrag și cei care resping, cei de abordat și cei de evitat. Prea obișnuit, în lumea de astăzi, părinții și colegii au devenit atașamente care concurează, precum iubitorii care concurează pentru aceeași iubită. După cum s-au simțit mulți părinți spre marea lor durere, copiii nu pot fi în același timp orientați spre colegi și către părinți.

Poziția înstrăinată a unui copil față de părinții săi nu reprezintă un defect de caracter, grosolănie înrădăcinată sau probleme de comportament. Este ceea ce vedem când instinctele de atașament au devenit greșit direcționate.

În circumstanțe normale, natura bipolară a atașamentului servește scopului benign de a menține copilul aproape de adulții care îi îngrijesc. Prima sa expresie are loc în copilărie și este adesea numită protest străin. Cu cât copilul se leagă mai puternic de anumiți adulți, cu atât va rezista mai mult contactului cu cei de care nu este atașat. Când un bebeluș dorește apropiere cu tine și cineva cu care nu este conectat se apropie, el se va sfii de intrus și se va sprijini în tine. Este pur instinct. Nimic nu poate fi mai natural decât distanțarea de străinii care se apropie prea mult pentru confort. Cu toate acestea, am văzut cu toții părinți care își pedepseau deja bebelușii pentru acest gest alienant și își cer scuze altor adulți pentru „nepoliticonia" a copilului lor.

Adulții consideră că aceste reacții sunt și mai puțin acceptabile la copiii mici și complet intolerabile la copiii mai mari. Orientarea către semeni transformă răspunsurile naturale, instinctuale ale protestului străinului împotriva propriilor părinți ai copilului. Expresia atașamentului inversat a adolescentului poate să nu fie la fel de grafică ca cea a unui copil mic care scoate limba, dar există și alte gesturi de alienare la fel de eficiente - ochii care te țin la distanță, privirea cu fața de piatră, refuzul de a zâmbi, rotirea ochilor, refuzul de a te privi, slăbirea contactului, rezistența la conectare.

Uneori putem simți de fapt schimbarea polarității. Imaginează-ți că ești mama lui Rachel, o fată în clasa a treia. Ai avut experiența minunată de a o plimba la școală, mână în mână, încă de la grădiniță. Înainte să o părăsești, îmbrățișezi, săruți și șoptești mereu o dragoste sau două. Dar Rachel a devenit recent preocupată de semeni, dorind să fie cu ei fără pauză. Când vine acasă, aduce lucruri care le aparțin, cum ar fi gesturile, limbajul, preferințele în haine, chiar și râsul. Într-o zi ai pornit ca de obicei, mână în mână, cu o dorință reciprocă de apropiere și legătură. Pe drum, unii dintre

colegii ei de clasă îți intersectează calea. Ceva se schimbă. Încă o ții de mână, dar strânsoarea ei nu este chiar reciprocă. Ea pare să fie cu o jumătate de pas înainte sau în urmă, nealiniată. Pe măsură ce apar mai mulți copii, prăpastia se lărgește. Dintr-o dată îți scapă mâna și aleargă înainte. Când ajungi la destinație, te apleci spre ea pentru îmbrățișarea obișnuită, iar ea se îndepărtează, parcă stingherită. În loc să fii îmbrățișat cu afecțiune, ești ținut la distanță de braț și ea abia se uită la tine când își face cu mâna la revedere. Este ca și cum ai încălcat unele instincte de bază. Ceea ce ați experimentat de fapt este partea întunecată, inversă a atașamentului - respingerea a ceea ce înainte era ținut aproape, la apariția unei relații noi, mai valoroase. Într-un limbaj simplu, copiii noștri ne părăsesc nepoliticos pentru semenii lor.

Acest pol negativ de atașament se manifestă în mai multe moduri. Respingerea asemănării este una. Căutarea asemănării joacă un rol important în modelarea personalității și comportamentului copilului. Copiii bine atașați de părinți sunt dornici să fie ca ei. Până la adolescență, cel puțin, le face mare plăcere atunci când asemănările și asemănările sunt observate de către alții, fie că este vorba despre același simț al umorului, aceleași preferințe la mâncare, aceleași idei pe o temă, aceleași reacții la un film, aceleași gusturi muzicale. (Unii cititori pot întâmpina această afirmație cu neîncredere, ca fiind iremediabil de idealistă și în urmă vremurilor. Dacă da, este doar un semn al cât de orientate spre egali au devenit generațiile adulte în ultimele decenii, în ce măsură orientarea către egali a devenit acceptată ca norma.)

Copiii orientați spre egali sunt respinsi de asemănarea cu părinții lor și vor să fie cât mai diferiți de ei. Deoarece asemănarea înseamnă apropiere, urmărirea diferenței este o modalitate de distanțare. Asemenea copii vor face din greu pentru a lua un punct de vedere opus și își vor forma preferințe opuse. Sunt plini de opinii și judecăți contrare.

Putem confunda această nevoie obsesivă de diferență față de părinți cu căutarea individualității a copilului. Ar fi o interpretare greșită a situației. Individualizarea autentică s-ar manifesta în toate

relațiile copilului, nu doar cu adulții. Un copil care caută cu adevărat să fie propria ei persoană își afirmă personalitatea în fața tuturor presiunilor de a se conforma. Dimpotrivă, mulți dintre acești copii „puternic individualiști” sunt complet consumați de contopirea cu grupul lor de colegi, îngroziți de orice ar putea să-i facă să pară diferiți. Ceea ce adulții văd ca fiind individualismul copilului maschează o dorință intensă de a se conforma cu semenii.

Unul dintre comportamentele noastre cele mai alienante ca oameni este să ne batjocorim și să-i imitam pe cei de care dorim să ne distanțăm. Acest comportament pare a fi transcultural, atestând rădăcinile sale instinctive profunde. Instinctul de a batjocori este opusul polar al încercării noastre de a atinge apropierea prin imitare și emulare. A fi imitat poate fi cel mai mare compliment, dar a fi batjocorit și imitat este una dintre cele mai ofensatoare dezamăgiri.

Cu cât un copil caută mai mult apropierea cu semenii săi prin asemănare, cu atât este mai probabil ca comportamentul său batjocoritor să se adreseze adulților. A fi batjocorit de elevii cuiva sau de copilul tău taie repede; apasa toate butoanele. Este un semn puternic al orientării către semeni atunci când un astfel de comportament alienant este îndreptat către cei responsabili pentru copil. În același mod, contrariile polare ale plăcerii și găsirii favorii sunt disprețul și disprețul. Când copiii devin orientați spre egali, părinții devin adesea obiectul disprețului și ridicolului, insultelor și dezamăgirii. Vorbirea proastă începe mai întâi pe spatele părintelui, adesea ca o modalitate de a câștiga puncte cu colegii, dar pe măsură ce orientarea către colegi se intensifică, la fel poate și deschiderea atacului. O astfel de atitudine ostilă ar trebui să fie rezervată inamicilor, unde arderea podurilor este exact ceea ce se dorește. A avea copiii noștri să ne trateze ca pe niște dușmani nu are niciun sens, pentru noi, pentru ei sau pentru relația noastră. Copiilor nu le poate ajuta deloc să muște mâna care îi hrănește. Cu toate acestea, copilul orientat spre egali face doar ceea ce pare destul de natural și în concordanță cu instinctele sale. Din nou, instinctele sunt neregulate; comportamentul urmează pur și simplu exemplul. Asta se întâmplă atunci când atașamentele concurează și se polarizează.

Uneori renegarea este pasivă. Copiii orientați spre egali se comportă adesea, mai ales unul în jurul celuilalt, ca și cum nu ar avea părinți. Părinții nu sunt nici recunoscuți, nici discutați. La evenimentele școlare, părinții sunt adesea ignorați.

Isus a surprins incompatibilitatea atașamentelor concurente și, de asemenea, natura bipolară a atașamentului când a spus: „Nimeni nu poate sluji la doi stăpâni: căci ori îl va urî pe unul și îl va iubi pe celălalt; sau se va ține de unul și îl va disprețui pe celălalt” (Matei 6:24). Atunci când loialitatea este față de semeni, nu se va simți corect ca copilul să fie de partea noastră sau să ne facă dorința. Copiii nu ne sunt neloiali intenționat; pur și simplu își urmăresc instinctele — instincte care au devenit subminate din motive mult peste controlul lor.

3 DE CE N-AM DESFĂSIT

Cum se face că, în lumea de astăzi, copiii își transferă atât de ușor atașamentele de la adulții care se îngrijesc unii la alții? Cauza nu este eșecul parental individual, ci o prăbușire culturală fără precedent, pe care instinctele noastre nu pot compensa în mod adecvat.

Societatea noastră nu servește nevoilor de dezvoltare ale copiilor noștri. Așa cum cercetătorii din secolul al XX-lea au descoperit rolul cheie al atașamentelor în creșterea psihologică sănătoasă, schimbările subtile din societate au lăsat neprotejată orientarea adultă a tinerilor. Forțele economice și tendințele culturale dominante în ultimele decenii au demontat contextul social pentru funcționarea naturală atât a instinctelor parentale ale adulților, cât și a pulsiunilor de atașament ale copiilor.

Deși tânărul uman este condus de un puternic impuls genetic de atașare, nu există niciun arhetip de părinte sau profesor încorporat undeva în creierul unui copil. Acel creier este programat doar să se orienteze, să se atașeze și, în cele din urmă, să păstreze contactul cu oricine devine punctul de lucru al busolei. Nimic nu-l determină pe copil să caute doar pe cineva care să semene cu mama sau tata sau care pare hrănitor, capabil și matur. Nu există nicio preferință inerentă pentru alegerea adultului responsabil, nici un respect în creierul de atașament primitiv pentru o persoană care a fost certificată de guvern sau instruită pentru creșterea copiilor. Niciun circuit înnăscut nu recunoaște roluri desemnate social sau îi pasă că profesorul, furnizorul de îngrijire de zi sau, în cele din urmă, chiar și părintele ar trebui să fie ascultați, respectați și ținut aproape.

Din punct de vedere istoric, nu a fost nevoie de o astfel de programare. Ca și în cazul tuturor mamiferelor și al multor alte animale, a fost pur și simplu ordinea naturală a lucrurilor pe care impulsul înnăscut de atașament i-a legat pe tineri de îngrijitorii – adulții din aceeași specie – până la maturitate. Acesta este modul naturii de a asigura supraviețuirea tinerilor la vârsta adultă sănătoasă. Este contextul în care tinerii sunt pe deplin capabili să-și realizeze potențialul genetic și în care instinctele lor sunt cel mai bine exprimate deplin și viguros.

În societatea noastră, acea ordine naturală a fost subminată. De la o vârstă fragedă, ne-am împins copiii în multe situații și interacțiuni care încurajează orientarea către colegi. Fără să vrem, promovăm chiar fenomenul care, pe termen lung, erodează singura bază solidă a dezvoltării sănătoase: atașamentul copiilor față de adulții responsabili de hrănirea lor. Plasarea tinerilor noștri într-o poziție în care atașamentul și instinctele lor de orientare sunt îndreptate către semeni este o aberație. Nu suntem pregătiți pentru asta; creierul nostru nu este organizat pentru a se adapta cu succes la agenda naturală fiind atât de distorsionată.

John Bowlby, psihiatru britanic și un mare pionier al cercetării atașamentului, a scris că „echipamentul comportamental al unei specii poate fi foarte potrivit pentru viața într-un mediu și poate duce doar la sterilitate și moarte în altul”. Fiecare specie are ceea ce Bowlby a numit „mediul său de adaptare”, circumstanțele în care anatomia, fiziologia și capacitățile sale psihologice sunt cele mai potrivite. În orice alt mediu nu se poate aștepta ca organismul sau specia să se descurce atât de bine și chiar poate prezenta un comportament „care este în cel mai bun caz neobișnuit și în cel mai rău caz pozitiv nefavorabil supraviețuirii”. În societatea postindustrială, mediul nu mai încurajează copiii noștri să se dezvolte pe linii naturale de atașament.

O CULTURĂ A ATASAMENTELOR LIPSĂ

Contrastele dintre culturile tradiționale multigenerașionale și societatea nord-americană de astăzi sunt izbitoare. În America de

Nord urbanizată modernă – și în alte țări industrializate în care modul de viață american a devenit norma – copiii se găsesc pretutindeni în goluri de atașament, situații în care le lipsește o conexiune consistentă și profundă cu adulții care se îngrijesc. Există mulți factori care promovează această tendință.

Un rezultat al schimbărilor economice de la cel de-al Doilea Război Mondial este că copiii sunt plasați devreme, uneori imediat după naștere, în situații în care își petrec o mare parte a zilei în compania celuilalt. Majoritatea contactului lor este cu alți copii, nu cu adulții semnificativi din viața lor. Ei petrec mult mai puțin timp legându-se cu părinții și adulții. Pe măsură ce îmbătrânesc, procesul nu face decât să accelereze.

Societatea a generat presiune economică pentru ca ambii părinți să lucreze în afara casei atunci când copiii sunt foarte mici, dar a făcut puține prevederi pentru satisfacerea nevoilor copiilor de hrană emoțională. Oricât de surprinzător ar părea, educatorii timpurii, profesorii și psihologii – ca să nu mai vorbim despre medici și psihiatri – sunt rar învățați despre atașament. În instituțiile noastre de îngrijire și educație a copilului nu există o conștiință colectivă cu privire la importanța esențială a relațiilor de atașament. Deși mulți îngrijitori individuali și profesori înțeleg în mod intuitiv nevoia de a forma o conexiune cu copiii, nu este rar ca astfel de persoane să se găsească în contradicție cu un sistem care nu le susține abordarea.

Deoarece îngrijirea tinerilor este subevaluată în societatea noastră, îngrijirea de zi nu este bine finanțată. Este dificil pentru o rudă să satisfacă pe deplin nevoile de atașament și orientare ale unui copil, mai ales dacă alți sugari și copii mici luptă pentru atenția acelui îngrijitor. Deși multe unități de îngrijire de zi sunt bine administrate și au personal de către lucrători dedicați, deși prost plătiți, standardele sunt departe de a fi satisfăcătoare în mod uniform. De exemplu, statul New York cere ca nu mai mult de șapte copii să fie sub îngrijirea unui singur lucrător – o proporție iremediabil de greoaie. Importanța conexiunii adulților nu este apreciată. Copiii aflați în astfel de situații au puțină opțiune decât să formeze relații de atașament unii cu alții.

Nu lucrul ambilor părinți este atât de dăunător. Problema cheie este lipsa de atenție pe care o acordăm atașamentului în aranjamentele noastre de îngrijire a copiilor. Nu există obiceiuri culturale în societatea de masă care să facă din aceasta prima afacere pentru lucrătorii de zi și profesorii preșcolari să formeze legături cu părinții și apoi, prin prezentări prietenoase, să cultive un atașament de lucru cu copilul. Atât părinții, cât și profesioniștii sunt lăsați în seama propriei intuiții sau, mai des, a lipsei acesteia. Din cauza lipsei de conștiință colectivă, majoritatea adulților pur și simplu urmează practicile curente care nu au fost concepute cu atașamentul în minte. Un obicei de atașament care obișnuia să fie urmat în multe locuri – cel al profesorilor de grădiniță și preșcolar care vizitează casele viitorilor elevi – a fost în mare parte abandonat, cu excepția, poate, în școlile private bine finanțate. Față de foarfecele fiscale, nimeni nu a putut explica în mod adecvat funcția vitală pe care o îndeplinea acest obicei. Economia este mult mai ușor de înțeles decât atașamentul.

Cheia problemei nu este schimbarea societății în sine, ci lipsa de compensare pentru această schimbare. Dacă avem de gând să împărtășim sarcina de a ne crește copiii cu alții, trebuie să construim contextul pentru aceasta, creând ceea ce eu numesc un sat al atașamentului – un set de relații de îngrijire a adulților care să înlocuiască ceea ce am pierdut. Există multe modalități de a face acest lucru, așa cum voi arăta în capitolul 18.

După creșă și grădiniță, copiii noștri intră la școală. Ei vor trăi acum cea mai mare parte a fiecărei zile în compania semenilor, într-un mediu în care adulții au din ce în ce mai puțin primatul. Dacă ar exista o intenție deliberată de a crea o orientare la egal la egal, școlile așa cum se desfășoară în prezent ar fi cu siguranță cel mai bun instrument al nostru. Atribuiți claselor mari cu profesori copleșiți la conducere, copiii găsesc legătura între ei. Regulile și regulamentele tind să-i țină departe de clasă înainte de începerea orelor, asigurându-se că sunt singuri, fără prea mult contact cu adulții. Își petrec pauzele și ora de prânz în compania celuilalt. Formarea profesorilor ignoră complet atașamentul; astfel, educatorii

învață despre subiectele de predare, dar nu despre importanța esențială a relațiilor legate de procesul de învățare al tinerilor ființe umane. Spre deosebire de acum câteva decenii, profesorii de astăzi nu se amestecă cu elevii lor în săli sau pe terenul de joacă și sunt descurajați să interacționeze cu ei într-un mod mai personal. Spre deosebire de societățile mai tradiționale, marea majoritate a studenților din America de Nord nu merg acasă pentru a petrece ora de prânz cu părinții lor.

„Sunt cinci sute de elevi în școala la care merg copiii mei", spune Christina, mama a doi copii – în clasa a treia și, respectiv, a șaptea. „Îi iau la prânz în fiecare zi, dar sunt doi din zece din acele cinci sute care merg acasă la prânz. Și există chiar presiuni din partea profesorilor pentru a-i lăsa să rămână. Ei par să creadă că sunt oarecum ciudată, prea agitată. Cu toate acestea, mi se pare că timpul este esențial. Copiii mei au atât de multe de spus, atât de multe de informat despre ceea ce s-a întâmplat la școală, despre ce le-a fost greu, despre ce sunt încântați." „Fiica mea mergea în mașina mea", spune un alt părinte care își aducea copilul acasă la prânz. „Pur și simplu ar exploda cu informații – orice s-a întâmplat, cum a simțit ea în legătură cu asta, ce a simțit când a făcut ceva „greu" sau a făcut ceva foarte bine." Ne întrebăm, auzind aceste două mame, ce multitudine de experiențe și sentimente rămân nespuse și neprocesate pentru mulți dintre ceilalți copii.

În general, ne concentrăm mai mult pe a ne hrăni copiii decât pe ritualurile alimentare menite să ne mențină conectați. În cartea sa revoluționară The Sibling Society, poetul american Robert Bly descrie multe manifestări ale orientării către colegi și sugerează cauzele acesteia. Deși Bly nu analizează pe deplin fenomenul, intuițiile sale ar fi trebuit să primească mai multă atenție. „Mesele în familie, discuțiile, lectura împreună nu mai au loc", scrie Bly. „De ce au nevoie tinerii – stabilitate, prezență, atenție, sfaturi, hrană psihică bună, povești nepoluate – este exact ceea ce societatea fraților nu le va oferi."

În societatea de astăzi, golurile de atașament abundă. Un gol de atașament a fost creat de pierderea familiei extinse. Copiii nu au

adesea relații strânse cu generațiile mai în vârstă - oamenii care, pentru o mare parte a istoriei omenirii, au fost adesea mai capabili decât părinții înșiși să ofere acceptarea necondiționată iubitoare care este piatra de temelie a securității emoționale. Prezența liniștitoare, consecventă a bunicilor și mătușilor și unchilor, îmbrățișarea protectoare a familiei multigenerationale, este ceva de care puțini copii din zilele noastre se pot bucura.

O influență puternică care favorizează orientarea la egal la egal este mobilitatea noastră sporită, deoarece întrerupe continuitatea culturală. Cultura se dezvoltă de-a lungul generațiilor care trăiesc în aceeași comunitate. Nu mai trăim în sate și, prin urmare, nu mai suntem legați de cei lângă care trăim. Transplantarea neîncetată ne-a făcut anonimi, creând antiteza satului de atașament. Copiii noștri nu pot fi coparentali de oameni ale căror nume nici măcar nu le știm.

Datorită dislocărilor geografice și mișcărilor frecvente, precum și orientării din ce în ce mai mari a adulților înșiși, copiii de astăzi sunt mult mai puțin probabil să se bucure de compania bătrânilor dedicați bunăstării și dezvoltării lor. Această lipsă depășește familia și caracterizează practic toate relațiile sociale. În general lipsesc atașamentele cu adulții care își asumă o anumită responsabilitate față de copil. Un exemplu de specie pe cale de dispariție este medicul de familie, o persoană care a cunoscut generații de familie și care a fost o figură stabilă și prezentă emoțional în viața membrilor săi, fie în vremuri de criză, fie în perioade de sărbătoare. Medicul fără chip și disponibil în mod inconstant de la clinica walk-in este cu greu un înlocuitor. În același mod, comerciantul de cartier, comerciantul și artizanul au fost înlocuiți de mult timp de afaceri generice fără legături locale și fără legături personale cu comunitățile în care funcționează. Îndrăgitul domnul Hooper de la „Sesame Street” de la TV este, în zilele noastre, doar o ficțiune benignă. Acestea sunt mult mai mult decât chestiuni economice; ei merg chiar în inima a ceea ce înseamnă un sat de atașament. Unde sunt bunicii surogat, unchii și mătușile surogat care au completat și substituit familia nucleară și extinsă în trecut? Unde este plasa de

siguranță pentru atașamentul adulților în cazul în care părinții devin inaccesibili? Unde sunt mentorii adulți care să ne ajute să ne ghideze adolescenții? Copiii noștri cresc bogați și adulți săraci.

Un alt vid de atașament a fost creat de secularizarea societății. În afară de religie, biserica, templul, moscheea sau comunitatea sinagogii au funcționat ca o distribuție importantă de sprijin pentru părinți și un sat de atașament pentru copii. Secularizarea a însemnat mai mult decât pierderea credinței sau a înrădăcinii spirituale; a adus pierderea acestei comunități de atașament. Dincolo de asta, interacțiunea dintre egali a devenit o prioritate pentru multe biserici. De exemplu, multe biserici împart familia pe măsură ce intră pe ușă, grupând membrii după vârstă, mai degrabă decât după familie. Există creșe și grupuri de adolescenți, biserici de juniori și chiar clase de seniori. Pentru cei care nu sunt conștienți de importanța atașamentului și de pericolele pe care le prezintă orientarea către semeni, li se pare de la sine înțeles că oamenii aparțin celor de vârsta lor. Marile organizații religioase au evoluat pentru a se ocupa doar de tineri sau de tinerii adulți, promovând din neatenție pierderea conexiunilor multi-generaționale.

Legăturile de familie sunt rupte

Se spune că familia nucleară este unitatea de bază a societății, dar ea însăși este sub presiune extremă. Ratele divorțurilor au crescut. Divorțul este un dublu șanț pentru copii, deoarece creează atașamente concurente, precum și goluri de atașament. Copiilor le place în mod natural ca toate accesoriile lor de lucru să fie sub același acoperiș. Unirea părinților le permite să-și satisfacă dorința de apropiere și contact cu ambii simultan. În plus, mulți copii sunt atașați de părinți ca cuplu. Când părinții divorțează, devine imposibil să fii aproape de amândoi simultan, cel puțin fizic. Copiii care sunt mai maturi și au atașamente mai dezvoltate față de părinții lor sunt mai bine pregătiți pentru a rămâne aproape de amândoi chiar și atunci când ei, părinții, sunt despărțiți – să aparțină ambilor simultan, să îi iubească pe amândoi simultan și să fie cunoscuți de amândoi simultan. . Dar mulți copii, chiar și cei mai

mari, nu pot gestiona asta. Părinții care concurează cu celălalt părinte sau îl tratează pe celălalt părinte ca persona non grata plasează copilul (sau, mai precis, creierul de atașament al copilului) într-o situație imposibilă: pentru a fi aproape de unul, copilul trebuie să se separe de celălalt, ambii. fizic si psihologic.

Problema atașamentelor concurente poate fi exacerbată atunci când părinții își iau noi parteneri. Din nou, copiii vor evita adesea contactul cu un părinte vitreg pentru a păstra apropierea cu părintele original. Provocarea, atât pentru părinții biologici, cât și pentru părinții vitregi, este de a facilita un nou atașament care nu concurează și, mai bine, susține relația existentă. Doar atunci când relațiile sunt complementare, creierul de atașament al copilului își poate relaxa garda și devine receptiv la deschiderile de conexiune din ambele părți.

Datorită conflictului conjugal care precede divorțul, golurile de atașament se pot dezvolta cu mult înainte de divorț. Când părinții își pierd sprijinul emoțional reciproc sau devin preocupați de relația lor unii cu alții, ei devin mai puțin accesibili copiilor lor. Privați de contactul emoțional cu adulții, copiii se îndreaptă către semenii lor. De asemenea, în circumstanțe stresante, este tentant ca părinții înșiși să caute o oarecare scutire din responsabilitatea de îngrijire. Una dintre cele mai ușoare modalități de a face acest lucru este de a încuraja interacțiunea între semeni. Când copiii sunt unul cu celălalt, ei ne solicită mai puține.

Studiile asupra copiilor divorțului îi găsesc, ca grup, mai susceptibili la problemele școlare și la agresivitate. De asemenea, sunt mai susceptibili de a prezenta probleme de comportament. Cu toate acestea, studiile nu au reușit să precizeze de ce se întâmplă acest lucru. Cu o înțelegere a atașamentului, vedem că aceste simptome se dovedesc a fi rezultatul direct al pierderii conexiunii emoționale parentale și al dependenței excesive de relațiile cu semenii.

Nimic din toate acestea nu sugerează că pentru părinții să rămână în căsnicii pline de conflicte ar fi mai bine pentru copiii implicați. Dar, din nou, trebuie să devenim mai conștienți de impactul

conflictului parental asupra atașamentelor copiilor noștri. Indiferent dacă suntem mai puțin accesibili din cauza tensiunii conjugale sau din cauza divorțului, am face bine să angajăm alți adulți să preia rolul de îngrijire. În loc să ne folosim de semenii copiilor noștri pentru a oferi o oarecare scutire de îndatoririle parentale, ar trebui să le chemăm rudelor și prietenilor noștri să pășească în gol și să creeze o plasă de siguranță pentru atașament.

Chiar și familiile nucleare încă intacte sunt vulnerabile la golurile de atașament. În zilele noastre, este nevoie deseori de doi părinți care lucrează cu normă întreagă pentru a-și asigura același nivel de trai pe care un salariat îl poate oferi în urmă cu treizeci sau patruzeci de ani. Adâncirea stresului social și sentimentul crescând de insecuritate economică chiar și în mijlocul unei bogății relative s-au combinat pentru a crea un mediu în care parentingul calm și conectat este din ce în ce mai dificil. Tocmai atunci când părinții și alți adulți au nevoie să formeze legături de atașament mai puternice cu copiii lor decât oricând, aceștia au mai puțin timp și energie pentru a face acest lucru.

Robert Bly notează că „în 1935, omul muncitor mediu avea patruzeci de ore libere pe săptămână, inclusiv sâmbăta. Până în 1990, era scăzut la șaptesprezece ore. Cele douăzeci și trei de ore de timp liber pierdute pe săptămână din 1935 sunt chiar orele în care tatăl ar putea fi un tată care îl îngrijește și să găsească un anumit centru în el însuși și chiar orele în care mama ar putea simți că de fapt are un soț. ” Aceste modele caracterizează nu numai primii ani de parentalitate, ci și copilăria întregi. Deși astăzi mulți tați sunt mai conștiincioși în a-și asuma o parte din responsabilitatea parentală, stresul vieții moderne și lipsa cronică de timp le subminează cele mai bune intenții.

Societatea noastră pune o valoare mai mare pe consumism decât pe dezvoltarea sănătoasă a copiilor. Din motive economice, atașamentele naturale ale copiilor față de părinții lor sunt descurajate în mod activ. În calitate de medic de familie, coautorul meu s-a trezit adesea în situația ridicola de a trebui să scrie scrisori către angajatori în care să justifice din motive de „sănătate” decizia

unei femei de a rămâne acasă la câteva luni în plus după nașterea copilului ei, pentru ca ea să poată alăpta – o nevoie fiziologică esențială a sugarului, dar și o funcție naturală puternică de atașament la toate speciile de mamifere, în special la ființele umane. Din motive economice, parentingul nu primește respectul necesar. Faptul că trăim acolo unde trăim, mai degrabă decât acolo unde este distribuția noastră naturală de susținere - prietenii, familia extinsă, comunitățile noastre de origine - sa întâmplat din motive economice, adesea dincolo de controlul părinților individuali, cum ar fi, de exemplu, atunci când industrii întregi sunt închis sau mutat. Din motive economice, construim școli prea mari pentru a se putea conecta și că avem clase prea mari pentru ca copiii să primească atenție individuală.

După cum vom vedea în Partea a 3-a, orientarea la egal la egal implică costuri imense asupra societății, alimentează agresivitatea și delincvența, făcând studenții mai puțin învățăbili și stimulând alegeri nesănătoase de stil de viață. Dacă ar fi să evaluăm adevărata pierdere economică pentru societate a orientării la egal la egal în domeniile sistemului de justiție, educație și sănătate, nu ar exista nicio umbră de îndoială cu privire la miopia noastră actuală. Unele țări au recunoscut acest lucru. Acestea oferă scutiri de taxe și chiar sprijin direct pentru ca părinții să rămână acasă mai mult timp după nașterea sau adopția copiilor, înainte de a se întoarce la muncă.

SCHIMBARĂ RAPIDĂ, TEHNOLOGIA A DISPARAT

Mai mult decât orice, am pierdut obiceiurile și tradițiile culturale care reunesc familiile extinse, leagă adulți și copii în relații de îngrijire, care oferă prietenilor adulți ai părinților un loc în viața copiilor lor. Este rolul culturii de a cultiva legături între cei dependenți și cei de încredere și de a preveni apariția golurilor de atașament. Dintre numeroasele motive pentru care cultura ne eșuează, trebuie menționate două.

Primul este ritmul extrem de rapid al schimbării în societățile industriale din secolul al XX-lea. Este nevoie de timp pentru a dezvolta obiceiuri și tradiții care servesc nevoilor de atașament, sute

de ani pentru a crea o cultură de lucru care să servească un anumit mediu social și geografic. Societatea noastră s-a schimbat mult prea rapid pentru ca cultura să evolueze în consecință. Psihanalistul Erik H. Erikson a consacrat un capitol din „Copilăria și societatea", câștigătoare a premiului Pulitzer, reflecțiilor sale asupra identității americane. „Această țară dinamică", a scris el, „își supune locuitorii unor contraste mai extreme și schimbări bruște pe parcursul unei generații decât este cazul în mod normal cu alte națiuni mari." Astfel de tendințe s-au accelerat de când Erikson a făcut această observație în 1950. Acum există mai multe schimbări într-un deceniu decât înainte într-un secol. Când circumstanțele se schimbă mai repede decât se poate adapta cultura noastră, obiceiurile și tradițiile se dezintegrează. Nu este surprinzător faptul că cultura de astăzi își eșuează funcția tradițională de susținere a atașamentelor adult-copil.

O parte din schimbarea rapidă a fost transmisia electronică a culturii, permițând ca cultura amestecată și ambalată comercial să fie difuzată în casele noastre și chiar în mintea copiilor noștri. Cultura instantanee a înlocuit ceea ce se transmitea prin obicei și tradiție și de la o generație la alta. „Aproape în fiecare zi mă trezesc luptând cu cultura gumei de mestecat la care sunt expuși copiii mei", a spus un tată frustrat intervievat pentru această carte. Nu numai că conținutul este adesea străin de cultura părinților, dar procesul de transmitere i-a scos pe bunici din buclă și i-a făcut să pară din păcate deconectați. Jocurile au devenit și ele electronice. Ei au fost întotdeauna un instrument de cultură pentru a lega oamenii de oameni, în special copiii de adulți. Acum, jocurile au devenit o activitate solitară, vizionate în paralel la televiziune, difuzări sportive sau angajate izolat pe computer.

Cea mai semnificativă schimbare din ultima vreme a fost tehnologia comunicării – mai întâi telefonul și apoi internetul prin e-mail și mesagerie instantanee. Suntem îndrăgostiți de tehnologia comunicațiilor fără a fi conștienți că una dintre funcțiile sale principale este de a facilita atașamentele. L-am pus fără să vrea în mâinile copiilor care, desigur, îl folosesc pentru a intra în legătură

cu semenii lor. Din cauza nevoilor lor puternice de atașament, contactul creează o dependență ridicată, devenind adesea o preocupare majoră. Cultura noastră nu a reușit să evolueze obiceiurile și tradițiile pentru a conține această dezvoltare și, din nou, suntem lăsați cu toții în voia noastră. Această nouă tehnologie minunată ar fi un instrument puternic pozitiv dacă ar fi folosită pentru a facilita conexiunile copil-adult – așa cum o face, de exemplu, atunci când permite comunicarea ușoară între elevii care locuiesc departe de casă și părinții lor. Lăsat nebifat, promovează orientarea către colegi.

O CULTURĂ A ATASAMENTULUI LA MUNCĂ

Deficiențele culturii noastre nord-americane ne sunt ușor conduse acasă când observăm o societate care încă onorează atașamentele tradiționale. Am avut ocazia să fac asta când eu, împreună cu soția mea, Joy și copiii noștri, am petrecut recent timp în satul Rognes, Provence.

Provence aduce imediat în minte imagini ale unei culturi atemporale. Clima însorită, strugurii, farmecul lumii vechi, mâncarea evocă un sentiment de nostalgie. Este instructiv să privim societatea provensală dintr-un alt punct de vedere, pentru ce ne-ar putea învăța despre atașament. Așa cum vom vedea în capitolul final, chiar și în mediul foarte diferit al Americii de Nord postindustriale, nu ne depășește să aplicăm unele dintre lecții în timp ce ne recreăm propriul sat de atașament, așa cum îmi place să-l numesc.

Când am mers prima oară în Provence, am presupus că voi observa o cultură diferită. Având în vedere atașamentul, a devenit evident pentru mine că este mult mai mult decât o cultură diferită – am fost martor la o cultură la locul de muncă și la o cultură care a funcționat. Copiii au salutat adulții și adulții au salutat copiii. Socializarea a implicat familii întregi, nu adulți cu adulți și copii cu copii. Exista o singură activitate în sat la un moment dat, astfel încât familiile nu erau trase în mai multe direcții. Duminică după-amiază a fost pentru plimbări în familie în mediul rural. Chiar și la fântâna

satului, localul local, adolescenții se amestecau cu bătrâni. Festivalurile și serbările, dintre care erau multe, erau toate treburile de familie. Muzica și dansul au reunit generațiile în loc să le despartă. Cultura a prevalat asupra materialismului. Nici măcar nu s-ar putea cumpăra o baghetă fără să se angajeze mai întâi în ritualurile de salut adecvate. Magazinele din sat au fost închise timp de trei ore la prânz, în timp ce școlile s-au golit și familiile s-au reunit din nou. Prânzul a fost consumat într-un mod convenabil, în timp ce grupuri multigenerașionale s-au așezat în jurul meselor, împărtășind conversații și o masă.

Obiceiurile de atașament din jurul școlii primare din sat au fost la fel de impresionante. Copiii au fost însoțiți personal la școală și luați de părinți sau bunici. Școala era închisă, iar în teren se putea intra doar printr-o singură intrare. La poartă erau profesorii, așteptând ca elevii să le fie predați. Din nou, cultura a dictat ca legătura să fie stabilită cu salutări adecvate între însoțitorii adulți și profesori, precum și între profesori și elevi. Uneori, când clasa fusese strânsă, dar clopoțelul școlii nu sunase încă, profesorul conducea clasa prin locul de joacă, ca o gâscă, urmată de goanele ei. În timp ce pentru ochii nord-americani acesta poate părea a fi un ritual preșcolar, chiar absurd, în Provence a făcut, evident, parte din ordinea naturală a lucrurilor. Când copiii erau eliberați de la școală, era întotdeauna o clasă la un moment dat, profesorul în frunte. Profesorul a așteptat cu elevii la poartă până când toate au fost preluate de escorta lor adultă. Profesorii lor erau profesori fie pe teren, fie în piața satului sau la sărbătoarea satului. Nu erau multe crăpături prin care să cadă. Cultura provensală a menținut golurile de atașament la minimum.

M-am aventurat să pun întrebări despre de ce au făcut asta sau de ce au făcut asta. Nu am primit niciodată un răspuns. Am avut sentimentul că întrebările mele nu erau în ordine, de parcă ar exista un fel de tabu în ceea ce privește analiza obiceiurilor și tradițiilor. Cultura trebuia urmărită, nu pusă la îndoială. Înțelepciunea atașamentului era evident în cultura însăși, nu în conștiința oamenilor. Cum și-a păstrat societatea provensală puterea

tradițională a generațiilor mai în vârstă de a le transmite copiilor cultura și valorile lor? De ce tinerii din mediul rural francez au fost capabili să formeze atașamente de semeni care nu păreau să concureze cu atașamentele lor față de adulți? Răspunsul are de-a face cu modul în care se formează un atașament între egali.

MODUL NATURAL DE FORMARE A ATASELOR

Atașamentele apar în general într-unul din două moduri. Fie sunt descendenții naturali ai atașamentelor existente, fie sunt chemați la existență atunci când un vid de atașament devine intolerabil. Prima dintre acestea este evidențiată deja în copilărie. Până la vârsta de șase luni, majoritatea copiilor manifestă rezistență la contact și apropiere cu cei de care nu sunt atașați. Depășirea acestui lucru necesită un anumit tip de interacțiune între atașamentul de lucru al copilului și „străin". De exemplu, dacă mama se angajează într-o perioadă de contact prietenesc cu străinul, având grijă să nu împingă copilul în contact, ci pur și simplu permițându-i copilului să observe, rezistența se înmoaie de obicei și copilul devine receptiv la legătura cu noul venit. Trebuie să existe o introducere prietenoasă, o „binecuvântare", ca să spunem așa. Odată ce instinctele de atașament ale sugarului s-au angajat și se bucură de un timp de apropiere, copilul se va îndrepta de obicei către contactul cu noua persoană și se va lăsa îngrijit de el. Adultul „ciudat" anterior – un prieten al familiei, de exemplu, sau o dădacă – va fi câștigat acum „permisiunea" copilului de a deveni îngrijitor.

Acest design este ingenios. Când un nou atașament se naște din relațiile de muncă existente ale copilului, există mult mai puține șanse ca acesta să devină o forță concurentă. Atașamentul cu părintele este mai probabil să fie onorat. Părintele este susținut ca punct de busolă suprem, iar relația cu părintele va continua să aibă prioritate. Contactele cu frații, bunicii, familia extinsă și prietenii familiei sunt mult mai puțin probabil să îndepărteze copilul de părinți, chiar dacă sunt implicați colegii.

Capacitatea atașamentelor de lucru de a genera noi relații permite crearea a ceea ce am numit un sat de atașament natural, care

provine în principal de la părinți. Atașamentele părinților devin în cele din urmă ale copilului și oferă un context în care copilul poate fi crescut. Acesta este motivul pentru care atașamentele copiilor din Rognes nu păreau să concureze cu atașamentele față de părinții lor și de ce copiii din Rognes erau receptivi să fie părinți de aproape orice adult din sat.

ATASAMENTE NĂSCUȚI DIN UN NUL

În societatea americană – și în alte societăți care funcționează după modelul american – majoritatea atașamentelor față de semeni nu apar în mod natural. Ele izvorăsc din incapacitatea tinerilor de a suporta un vid de atașament - golurile care apar atunci când legăturile tradiționale sunt erodate și copilul se află lipsit de un punct de busolă natural. Într-o astfel de situație, creierul este programat să caute un substitut, pe cineva care să funcționeze ca un atașament de lucru. Pentru un copil nevoiaș, această agendă are cea mai mare prioritate.

După cum ne spun povestea și legenda, atașamentele formate din necesitate sunt practic indiscriminate și accidentale - urmașii coincidenței și haosului. Gemenii Romulus și Remus, fondatorii mitici ai Romei, au fost aruncați într-un abis de atașament uman și apoi crescuți de o lupoaică. Tarzan a suferit aceeași soartă, dar a fost adoptat de unele maimuțe. În clasicul pentru copii Majorie Kinnan Rawlings, The Yearling, un cerb orfan este crescut de un băiat. O gazelă se poate atașa de un leu. O pisică se poate atașa de un câine. Cocoșul meu animal de companie este imprimat pe Harley-Davidson a fratelui meu.

Golurile de atașament, situațiile în care atașamentele naturale ale copilului lipsesc, sunt periculoase tocmai pentru că rezultatele lor sunt atât de nediscriminatorii. După cum s-a subliniat mai devreme, dacă rata-mamă nu este la îndemână când rățușa eclozează, tânăra creatură se va atașa de cel mai apropiat obiect în mișcare. Pentru copii, procesul de imprimare este mult mai complex, dar punctul busolei este cel mai probabil să fie prima persoană care pare să ofere scutire de golul atașamentului. Programarea atașamentului

uman este oarbă față de factori precum fiabilitatea, responsabilitatea, securitatea, maturitatea și îngrijirea. Nu există inteligență aplicată la problema înlocuirii. Multe dintre atașamentele noastre, chiar și ca adulți, sunt o mărturie tristă a acestui fapt. Pentru copil nu are loc nici un proces de interviu, nici măcar vreo interogare internă. Problemele importante ale atașamentului nu intră niciodată în conștiința unui copil: este punctul busolei aliniat cu părinții mei? Voi putea fi aproape de ambele simultan? Pot să depind de această persoană? Îmi poate oferi această relație o acceptare necondiționată, iubitoare? Pot avea încredere în direcția și îndrumarea acestei persoane? Sunt invitat să exist așa cum sunt și să mă exprim în mod autentic? De prea multe ori adulții care se îngrijesc sunt înlocuiți în favoarea grupului de egali. Ceea ce începe ca un înlocuitor temporar în situații specifice în care există un vid de orientare devine în cele din urmă un înlocuitor permanent.

Probabilitatea ca un atașament să devină o „afacere” care concurează cu atașamentul față de părinți este mult mai mare atunci când acesta se naște dintr-un vid și nu dintr-o relație de lucru existentă. Relațiile între semeni sunt cele mai sigure atunci când sunt descendența naturală a atașamentelor cu părinții. Din păcate, în loc să apară din conexiune, de cele mai multe ori se nasc din deconectare.

Cu cât copiii formează mai multe atașamente față de semeni care nu sunt conectați cu noi, cu atât este mai mare probabilitatea de incompatibilitate. Rezultatul este o spirală în continuă creștere de orientare către egali. Părinții noștri au fost mai puțin orientați spre egali decât am devenit noi, iar copiii noștri sunt probabil să fie mai orientați către colegi decât noi, cu excepția cazului în care suntem capabili să facem ceva în acest sens.

Experiența actuală a imigrației din America de Nord oferă o ilustrare dramatică a orientării către egali, subminând conexiunile culturale cinstite de timp. Golurile de atașament experimentate de copiii imigranți sunt profunde. Părinții muncitori sunt concentrați pe susținerea economică a familiilor lor și, nefamiliarizați cu limba

și obiceiurile noii lor societăți, nu sunt capabili să-și orienteze copiii cu autoritate sau încredere. Semenii sunt adesea singurele persoane disponibile pentru astfel de copii. Introduse într-o cultură orientată spre egali, familiile de imigranți se pot dezintegra rapid. Pâlpul dintre copil și părinte se poate lărgi până la punctul care devine de netrecut. Părinții acestor copii își pierd demnitatea, puterea și conducerea. În cele din urmă, colegii înlocuiesc părinții, iar bandele înlocuiesc din ce în ce mai mult familiile. Din nou, imigrația sau relocarea necesară a persoanelor strămutate de război sau de mizeria economică nu reprezintă problema. Transplantate în societatea nord-americană condusă de egali, culturile tradiționale cedează. Ne eșuăm imigranții din cauza propriului eșec al societății de a păstra relația copil-părinte.

În unele părți ale țării încă mai vedem familii, adesea din Asia, care se unesc în grupuri multigenerаționale pentru ieșiri. Părinții, bunicii și chiar străbunicii fragili se amestecă, râd și socializează cu copiii lor și cu urmașii copiilor lor. Din păcate, acest lucru se vede doar printre imigranții relativ recenti. Pe măsură ce tinerii se încorporează în societatea nord-americană, legăturile lor cu bătrânii lor se estompează. Se distanțează de familiile lor. Icoanele lor devin figurile create artificial și hipersexualizate, comercializate în masă de Hollywood și industria muzicală din SUA. Ei devin rapid înstrăinați de culturile care și-au susținut strămoșii generație după generație. În timp ce observăm dizolvarea rapidă a familiilor de imigranți sub influența societății orientate spre egali, asistăm, ca pe un videoclip rapid, la colapsa culturală pe care noi înșine am suferit-o în ultima jumătate de secol.

Ar fi încurajator să credem că alte părți ale lumii vor rezista cu succes tendinței de orientare către egali. Opusul este probabil să fie cazul, deoarece economia globală își exercită influențele corozive asupra culturilor tradiționale de pe alte continente. Problemele de alienare a adolescenților sunt acum întâlnite pe scară largă în țările care au urmat cel mai îndeaproape modelul american – Marea Britanie, Australia și Japonia. Putem prezice modele similare în altă parte care vor rezulta din schimbările economice și schimbările

masive ale populației. De exemplu, tulburările legate de stres proliferează în rândul copiilor ruși. Potrivit unui raport din New York Times, de la prăbușirea Uniunii Sovietice cu puțin peste un deceniu în urmă, aproape o treime din cei 143 de milioane de oameni estimați ai Rusiei – aproximativ 45 de milioane – și-au schimbat reședința. Orientarea către egali amenință să devină una dintre cele mai puțin binevenite dintre toate exporturile culturale americane.

PART TWO

SABOTAGED: HOW PEER ORIENTATION UNDERMINES PARENTING

4 PUTEREA PĂRINȚILOR ÎNCHEIE

KIRSTEN avea șapte ani când mama și tatăl ei m-au consultat pentru prima dată, supărați și îngrijorați de o schimbare bruscă a fiicei lor. Avea tendința de a face opusul a ceea ce se aștepta și putea fi foarte nepoliticos cu părinții ei, mai ales când prietenii ei erau prin preajmă. Părinții erau perplexi. Înainte de a intra în clasa a doua, Kirsten, cea mai mare dintre trei surori, fusese iubitoare, afectuoasă și dornică să-și facă plăcere. „A fi părinte pe Kirsten a fost o experiență minunată", și-a amintit mama. Acum copilul era rezistent și foarte greu de gestionat. Ea și-a dat ochii peste cap la cele mai inofensive dintre cereri și totul s-a terminat într-o luptă. Mama a descoperit o latură a ei despre care nu știa că există, trecându-se furioasă și chiar furioasă. Ea s-a auzit țipând și a fost șocată să audă din gură ieșind cuvinte care o înspăimântau. Tatălui i s-a părut atmosfera atât de tensionată și fricțiunea atât de uzătoare încât s-a retras din ce în ce mai mult în munca sa. La fel ca mulți părinți în situația lor, au recurs din ce în ce mai mult la mustrări, amenințări și pedepse – toate fără niciun rezultat.

Poate fi surprinzător să auzi că parentingul ar trebui să fie relativ ușor. A face copilul să ne ia indiciile, să urmeze instrucțiunile sau să ne respecte valorile nu ar trebui să necesite efort, luptă sau constrângere, nici măcar pârghia suplimentară a recompenselor. Dacă sunt necesare tactici de presiune, ceva este în neregulă. Mama și tatăl lui Kirsten ajunseseră să se bazeze pe forță pentru că, fără să știe, își pierduseră puterea de a părinți.

Parentingul a fost conceput pentru a fi asistat de putere. În acest fel, seamănă mult cu vehiculele de lux de astăzi, cu servodirecție, frâne și geamuri. Dacă scăde curentul, multe dintre mașini ar fi prea

greu de manevrat. A gestiona copiii atunci când puterea noastră parentală a fost tăiată este, de asemenea, aproape imposibil, totuși milioane de părinți încearcă să facă exact asta. Dar, în timp ce este relativ ușor să găsești un tehnician bun care să te ajute cu mașina ta, experții cărora părinții le aduc dificultățile legate de creșterea copiilor evaluează rareori problema corect. De prea multe ori copiii sunt acuzați că sunt dificultăți sau părinții că sunt inepți sau tehnicile lor parentale pentru că sunt inadecvate. În general, părinții și profesioniștii nu recunosc faptul că rădăcina problemei nu este ineptitudinea parentală, ci impotența parentală în sensul cel mai strict al cuvântului: lipsa puterii suficiente.

Calitatea absentă este puterea, nu iubirea sau cunoașterea sau angajamentul sau priceperea. Predecesorii noștri au avut mult mai multă putere decât părinții de astăzi. Pentru a-i face pe copii să țină seama, bunicii noștri dețineau mai multă putere decât ar putea-o exercita părinții noștri asupra noastră sau se pare că avem noi asupra copiilor noștri. Dacă tendința continuă, copiii noștri vor fi în mare dificultate când le va veni rândul la parenting. Puterea de a părinți scapă.

AUTORITATEA SPONTANĂ DE PĂRINTE

Impotența părintească este greu de recunoscut și supărător de recunoscut. Mintea noastră captează explicații mai acceptabile: copiii noștri nu mai au nevoie de noi, sau copiii noștri sunt deosebit de dificili sau abilitățile noastre de părinte sunt deficitare.

În zilele noastre, mulți oameni rezistă conceptului de putere. În copilărie, unii dintre noi cunoșteau prea bine puterea părinților și au devenit dureros de conștienți de potențialul ei de abuz. Suntem conștienți că puterea duce la ispită și am experimentat că cei care caută putere asupra altora nu pot fi de încredere. Într-un fel, puterea a devenit un cuvânt murdar, ca în căutarea puterii și înfometarea de putere. Nu este de mirare că mulți au ajuns să o evite, o atitudine pe care o întâlnesc frecvent printre părinți și educatori.

Mulți confundă și puterea cu forța. Nu acesta este sensul în care folosim cuvântul putere în această carte. În discuția noastră actuală despre parenting și atașament, puterea înseamnă autoritatea spontană a părintelui. Acea autoritate spontană nu provine din constrângere sau forță, ci dintr-o relație aliniată corespunzător cu copilul. Puterea de a părinți apare atunci când lucrurile sunt în ordinea lor naturală și apare fără efort, fără postură și fără împingere. Când ne lipsește această putere, este probabil să recurgem la forță. Cu cât un părinte comandă mai multă putere, cu atât este necesară mai puțină forță în educația de zi cu zi. Pe de altă parte, cu cât avem mai puțină putere, cu atât suntem mai încurajați să ne ridicăm vocea, să ne asprimem comportamentul, să ne amenințăm și să căutăm o pârghie pentru a-i face pe copiii noștri să se supună cerințelor noastre. Pierderea puterii experimentată de părinții de astăzi a condus la o preocupare în literatura parentală cu tehnici care ar fi percepute ca mită și amenințări în aproape orice alt mediu. Am camuflat astfel de semne de impotență cu eufemisme precum recompense și „consecințe naturale”.

Puterea este absolut necesară pentru sarcina parentală. De ce avem nevoie de putere? Pentru că avem responsabilități. Părintele nu a fost niciodată menit să existe fără puterea de a-și îndeplini responsabilitățile pe care le aduce. Nu există nicio modalitate de a înțelege dinamica educației parentale fără a aborda problema puterii.

Puterea pe care am pierdut-o este puterea de a atrage atenția copiilor noștri, de a le solicita bunele intenții, de a le evoca respectul și de a le asigura cooperarea. Fără aceste patru abilități, tot ce ne rămâne este constrângerea sau mita. Aceasta a fost problema cu care s-au confruntat mama și tatăl lui Kirsten când m-au consultat, îngrijorați de recalcitrarea nou dezvoltată a fiicei lor. Voi folosi relația lui Kirsten cu părinții ei ca exemplu de pierdere a autorității parentale naturale, împreună cu alte două cazuri pe care le voi descrie și care ajută, de asemenea, la demonstrarea semnificației puterii parentale. Există nouă persoane în această

distribuție de personaje - șase părinți și trei copii. Poveștile lor simbolizează dilema cu care se confruntă multe familii astăzi.

Părinții lui Sean, în vârstă de nouă ani, au divorțat. Niciunul nu se recăsătorise, iar relația de lucru dintre cei doi era suficient de bună încât să poată căuta ajutor împreună. Dificultățile lor în a-l parent pe Sean au contribuit la despărțirea lor. Primii ani cu Sean fuseseră relativ simpli, dar ultimii doi fuseseră îngrozitori. A fost abuziv verbal față de părinții săi și agresiv fizic față de sora lui mai mică. Deși era foarte inteligent, niciun raționament nu l-a putut determina să facă ceea ce i s-a spus. Părinții consultaseră mai mulți experți și citiseră multe cărți care recomandau diverse abordări și tehnici. Nimic nu părea să funcționeze cu Sean. Sancțiunile obișnuite nu fac decât să înrăutățească lucrurile. Trimiterea lui în camera lui nu a avut niciun impact aparent. Deși mama nu credea în bătaie, din disperare s-a trezit să folosească pedeapsa fizică. Părinții renunțaseră să mai încerce să obțină conformitatea lui Sean în chestiuni atât de simple, cum ar fi să stea la masa familiei în timpul cinei. Nu au reușit să-l facă să-și facă temele. Înainte ca căsătoria să se despartă, rezistența supărată a lui Sean a stricat atmosfera din casă. Atât de uzați din punct de vedere emoțional au devenit, încât niciunul dintre părinți nu mai putea evoca sentimente de căldură sau afecțiune față de fiul lor.

Melanie avea treisprezece ani. Tatăl ei abia și-a putut stăpâni furia când a vorbit despre fiica lui. Viața cu ea s-a schimbat după ce bunica Melanie a murit când copilul era în clasa a șasea. Până atunci, Melanie fusese cooperantă acasă, o elevă bună la școală și o soră iubitoare cu fratele ei, care era cu trei ani mai mare. Acum lipsea de la cursuri și nu-i putea păsa mai puțin de teme. Ea ieșea pe furiș din casă în mod regulat. Ea a refuzat să vorbească cu părinții ei, declarând că îi urăște și că vrea doar să fie lăsată în pace. Și ea a refuzat să mănânce cu părinții ei, consumând singura masa în camera ei. Mama s-a simțit traumatizată. Și-a petrecut o mare parte din timp implorând-o pe fiica ei să fie „drăguță”, să fie acasă la timp și să nu mai iasă pe furiș. Tatăl nu putea suporta atitudinea insolentă a Melaniei. El credea că soluția era cumva să dea legea, să-

i învețe adolescentului „o lecție pe care nu o va uita niciodată”. În ceea ce îl privea, orice altceva decât o abordare dură nu făcea decât să satisfacă comportamentul inacceptabil al lui Melanie și să înrăutățească lucrurile. Era cu atât mai înfuriat cu cât, până la această schimbare bruscă a personalității ei, Melanie fusese „fata lui tati”, dulce și îngăduitoare.

Trei scenarii individuale, trei seturi separate de circumstanțe și trei copii foarte diferiți, dar niciunul dintre ele unic. Frustrările legate de creșterea copiilor pe care acești părinți le-au experimentat sunt împărtășite de mulți tați și mame. Manifestările dificultății diferă de la copil la copil, dar refrenul este remarcabil același: parenting-ul este mult mai greu decât se anticipa. Ectenia plângerilor părinților este în prezent una comună: „Copiii de astăzi nu par să aibă respectul față de autoritate pe care îl aveam când eram copii; Nu-mi pot face copilul să-și facă temele, să-și facă patul, să-și facă treburile, să-și curețe camera.” Sau plângerea simulată adesea auzită: „Dacă educația este atât de importantă, copiii ar trebui să vină cu un manual!”

SECRETUL PUTERII PĂRINTEȘTI

Mulți oameni au ajuns la concluzia că nu se poate aștepta ca părinții să știe ce să facă fără o pregătire formală. Acum există tot felul de cursuri pentru părinți și chiar și cursuri care îi învață pe părinți cum să citească rime pentru copii lor mici. Cu toate acestea, experții nu pot preda ceea ce este cel mai fundamental pentru o educație parentală eficientă. Puterea de a părinți nu provine din tehnici, oricât de bine intenționate, ci din relația de atașament. În toate cele trei exemple ale noastre, această putere lipsea.

Secretul puterii unui părinte constă în dependența copilului. Copiii se nasc complet dependenți, incapabili să-și croiască propriul drum în această lume. Lipsa lor de viabilitate ca ființe separate îi face să se bazeze complet pe ceilalți pentru a fi îngrijiți, pentru îndrumare și îndrumare, pentru sprijin și aprobare, pentru un sentiment de casă și apartenență. Starea de dependență a copilului este cea care face ca părinții să fie necesară în primul rând. Dacă

copiii noștri nu ar avea nevoie de noi, nu am avea nevoie de puterea de a ne părinți.

La prima vedere, dependența copiilor pare destul de simplă. Dar iată o eroare: a fi dependent nu garantează dependența de îngrijitorii corespunzători. Fiecare copil se naște cu nevoie de îngrijire, dar după copilărie și copilărie nu toți copiii se uită neapărat la părinte să le ofere. Puterea noastră de a părinți nu depinde de cât de dependent este copilul nostru, ci de cât de mult depinde copilul nostru în mod specific de noi. Puterea de a ne îndeplini responsabilitățile parentale nu constă în nevoia copiilor noștri, ci în faptul că ei ne caută să fim răspunsul la nevoile lor.

Nu putem avea grijă cu adevărat de un copil care nu contează pe noi pentru a fi îngrijiți sau care depinde de noi doar pentru hrană, îmbrăcăminte, adăpost și alte preocupări materiale. Nu putem sprijini emoțional un copil care nu se sprijină pe noi pentru nevoile lui psihologice. Este frustrant să direcționezi un copil care nu acceptă îndrumarea noastră, supărător și auto-înfrângător să-l ajute pe cel care nu ne caută ajutorul.

Aceasta a fost situația cu care se confruntă părinții lui Kirsten, Sean și Mela-nie. Kirsten nu se mai baza pe părinții ei pentru nevoile ei de atașament sau pentru indiciile ei despre cum să fie și ce să facă. La fragedă vârstă de șapte ani, ea nu a mai apelat la ei pentru confort și îngrijire. Poziția lui Sean a mers dincolo de asta: a dezvoltat o rezistență profundă de a fi dependent de tatăl și mama lui. Rezistența lui Sean, și a Melaniei, s-a extins până la a fi hrănit – sau, mai exact, la ritualul de hrănire care are loc la masa familiei. Melanie, când a intrat în adolescență, nu a mai căutat la părinții ei un sentiment de casă sau de conexiune. Nu dorea să fie înțeleasă de ei sau să fie cunoscută în mod intim de ei. Nici unul dintre acești trei copii nu s-a simțit dependent de părinți, iar asta a stat la baza frustrărilor, dificultăților și eșecurilor experimentate de toți acești mame și tați.

Desigur, toți copiii încep viața în funcție de părinți. Ceva s-a schimbat pe parcurs pentru acești trei copii, așa cum se întâmplă pentru mulți copii de astăzi. Nu este că nu mai trebuie să fie

îngrijiți. Atâta timp cât un copil nu poate funcționa independent, va trebui să depindă de cineva. Indiferent de ceea ce au crezut sau simțit acești copii, nu erau nici pe departe gata să stea pe picioarele lor. Erau încă dependenți – doar că nu se mai simțeau ca depind de părinții lor. Nevoile lor de dependență nu dispăruseră; ceea ce se schimbase era doar de cine depindeau. Puterea de a părinți va fi transferată oricui depinde copilul, indiferent dacă acea persoană este sau nu cu adevărat de încredere, adecvată, responsabilă sau plină de compasiune – indiferent dacă, de fapt, acea persoană este sau nu un adult.

În viața acestor trei copii, colegii au înlocuit părinții ca obiecte ale dependenței emoționale. Kirsten avea un grup strâns de trei prieteni care i-au servit drept punct de busolă și bază. Pentru Sean, grupul de colegi în general a devenit atașamentul său de lucru, entitatea la care a devenit conectat în locul părinților săi. Valorile, interesele și motivațiile sale au fost investite în colegii săi și în cultura de la egal la egal. Pentru Melanie, golul de atașament creat de moartea bunicii a fost umplut de o iubită. În toate cele trei cazuri, relațiile între semeni au concurat cu atașamentele față de părinți și, în fiecare caz, conexiunea între egali a ajuns să domine.

O astfel de schimbare a puterii înseamnă necazuri duble pentru noi, părinții. Nu numai că suntem lăsați fără puterea de a ne gestiona copilul, dar uzurpatorii nevinovați și incompetenți dobândesc puterea de a ne conduce copiii în rătăcire. Semenii copiilor noștri nu au căutat în mod activ această putere – ea merge cu teritoriul dependenței. Această tăiere sinistră a puterii parentale vine adesea atunci când ne așteptăm mai puțin și într-un moment în care avem cea mai mare nevoie de autoritate naturală. Semințele dependenței de egali au prins de obicei rădăcini de la clasele primare, dar în anii intermediari incompatibilitatea tot mai mare a atașamentelor dintre egali și părinți face ravagii cu puterea noastră de a părinți. Tocmai în timpul adolescenței copiilor noștri, exact când avem mai multe de gestionat decât oricând, și tocmai când superioritatea noastră fizică față de ei începe să scadă, puterea de a părinți ne scapă din mâini.

Ceea ce pentru noi pare ca independența este de fapt doar dependență transferată. Ne grăbim atât de mult ca copiii noștri să poată face singuri lucrurile, încât nu vedem cât de dependenți sunt cu adevărat. La fel ca puterea, dependența a devenit un cuvânt murdar. Ne dorim ca copiii noștri să fie auto-direcționați, auto-motivați, autocontrolați, auto-orientați, autonomi și siguri de sine. Am pus o astfel de primă pe independență, încât pierdem din vedere ceea ce înseamnă copilăria. Părinții se vor plânge de comportamentele opoziționale și dezamăgitoare ale copilului lor, dar rareori observă că copiii lor au încetat să caute la ei pentru îngrijire, confort și asistență. Sunt deranjați de eșecul copilului lor de a se conforma așteptărilor lor rezonabile, dar par să nu conștientizeze că copilul nu mai caută afecțiunea, aprobarea sau aprecierea lor. Ei nu observă că copilul apelează la semeni pentru sprijin, dragoste, conexiune și apartenență. Când atașamentul este deplasat, dependența este deplasată. La fel este, împreună cu ea, și puterea de a părinți.

Provocarea supremă pentru părinții lui Kirsten, Sean și Melanie a fost să nu impună regulile, să inducă conformitatea sau să pună capăt cutare sau cutare comportament. Era să-și revendice copiii, să realinieze forțele atașamentului de partea parentală. Ei au trebuit să promoveze în copiii lor dependența care este sursa puterii de a părinți. Pentru a-și recâștiga autoritatea naturală, ei au trebuit să înlocuiască și să uzurpe jurisdicția nelegitimă a uzurpatorilor lor nebănuiți și neștiuți – prietenii copiilor lor. În timp ce reatașarea copiilor noștri poate fi mai ușor de conceptualizat decât de făcut în practică, aceasta este singura modalitate de a recâștiga autoritatea părintească. O mare parte din munca mea cu familiile și o mare parte din sfaturile pe care le voi oferi în această carte au scopul de a ajuta părinții să-și reasumeze poziția naturală de autoritate.

Ce le permite colegilor să înlocuiască părinții în primul rând, având în vedere că o astfel de deplasare pare contrară a ceea ce este necesar? Ca întotdeauna, există o logică în ordinea naturală a lucrurilor. Capacitatea unui copil de a se atașa de oameni care nu sunt părinții ei biologici îndeplinește o funcție importantă, deoarece

în viață prezența părinților biologici nu este în niciun caz asigurată. Ar putea muri sau dispărea. Programarea noastră de atașamente a necesitat flexibilitatea de a găsi înlocuitori de care să se atașeze și de care să depindem. Oamenii nu sunt unici în această transferabilitate a atașamentelor. Ceea ce face ca unele creaturi să fie animale de companie atât de grozave este faptul că se pot atașa din nou de părinții lor de oameni, permițându-ne atât să le îngrijim, cât și să le gestionăm.

Deoarece oamenii au o perioadă lungă de dependență, atașamentele trebuie să fie transferabile de la o persoană la alta, de la părinți la rude și vecini și bătrâni tribali sau din sat. Toate acestea, la rândul lor, sunt menite să-și joace rolul de a aduce copilul la maturitate deplină. Această adaptabilitate remarcabilă, care a servit părinților și copiilor de mii de ani, a ajuns să ne bântuie în ultima vreme. În condițiile actuale, această adaptabilitate permite acum colegilor să înlocuiască părinții.

Majoritatea părinților sunt capabili să simtă pierderea puterii atunci când copilul lor devine orientat spre colegi, chiar dacă nu o recunosc așa cum este. Atenția unui astfel de copil este mai greu de controlat, respectul său scade, autoritatea părintelui este erodata. Când au fost întrebați în mod specific, părinții fiecăruia dintre cei trei copii din exemplele noastre au reușit să identifice când puterea lor de a părinți a început să scadă. Acea erodare a autorității naturale este observată pentru prima dată de părinți ca fiind pur și simplu un sentiment neclar că ceva a mers prost.

CE NE PERMITĂ SĂ PĂRINȚI?

Este nevoie de trei ingrediente pentru ca parentingul să funcționeze: o ființă dependentă care are nevoie să fie îngrijită, un adult dispus să își asume responsabilitatea și un bun atașament de lucru de la copil față de adult. Cel mai critic dintre acestea este, de asemenea, cel mai frecvent trecut cu vederea și neglijat: atașamentul copilului față de adult. Mulți părinți și potențiali părinți încă lucrează sub concepția greșită că cineva poate pur și simplu pași în rolul de părinte, fie ca părinte adoptiv, ca părinte adoptiv, ca părinte vitreg

sau ca părinte biologic. Ne așteptăm ca nevoia copilului să fie îngrijită și disponibilitatea noastră de a părinți va fi suficientă. Suntem surprinși și jigniți când copiii par rezistenți la educația noastră parentală.

Recunoscând că responsabilitatea părintească este insuficientă pentru creșterea cu succes a copiilor, dar încă neconștienți de rolul atașamentului, mulți experți presupun că problema trebuie să fie în know-how-ul parental. Dacă parentingul nu merge bine, este pentru că părinții nu fac lucrurile bine. Conform acestui mod de a gândi, nu este suficient să-ți îmbraci rolul; un părinte are nevoie de o anumită abilitate pentru a fi eficient. Rolul parental trebuie suplimentat cu tot felul de tehnici parentale – sau atât de mulți experți par să creadă.

Mulți părinți, de asemenea, argumentează așa ceva: dacă alții își pot determina copiii să facă ceea ce vor ei, dar eu nu pot, trebuie să fie pentru că îmi lipsesc abilitățile necesare. Întrebările lor presupun toate o simplă lipsă de cunoștințe, care trebuie corectată prin tipuri de sfaturi „cum să" pentru fiecare situație problematică imaginabilă: Cum îmi fac copilul să asculte? Cum pot să-mi fac copilul să-și facă temele? Ce trebuie să fac pentru ca copilul meu să-și curețe camera? Care este secretul pentru a determina un copil să-și facă treburile? Cum îmi fac copilul să stea la masă? Predecesorii noștri ar fi fost probabil stânjeniți să pună astfel de întrebări sau, de altfel, să-și arate fața la un curs de parenting. Pare mult mai ușor pentru părinții din ziua de azi să mărturisească incompetența mai degrabă decât impotența, mai ales când lipsa noastră de pricepere poate fi în mod convenabil pusă pe seama lipsei de pregătire sau a lipsei de modele adecvate în propria copilărie. Rezultatul a fost o industrie de multe miliarde de dolari a oferirii de sfaturi pentru părinți, de la experți care susțin pauze sau puncte de recompensă în frigider până la toate cărțile despre educația eficientă a părinților. Experții în creșterea copiilor și industria editorială le oferă părinților ceea ce cer ei în loc de înțelegerea de care au atât de disperat nevoie. Volumul mare al sfaturilor oferite tinde să întărească sentimentele de inadecvare și sentimentul de a fi nepregătit pentru job. Faptul că

aceste metodologii nu reușesc să funcționeze nu a încetinit torentul de predare a competențelor.

Odată ce percepem parentingul ca un set de abilități care trebuie învățate, ne este dificil să vedem procesul în alt mod. Ori de câte ori întâmpinăm probleme, presupunerea este că trebuie să fie o altă carte de citit, un alt curs de urmat, o altă abilitate de stăpânit. Între timp, distribuția noastră continuă să presupună că avem puterea de a face treaba. Profesorii se comportă de parcă ne-am putea face în continuare copiii să facă temele. Vecinii se așteaptă de la noi să ne ținem copiii la coadă. Părinții noștri ne mustră să luăm o poziție mai fermă. Experții presupun că respectarea este doar o altă abilitate. Instanțele ne consideră responsabili pentru comportamentul copilului nostru. Nimeni nu pare să înțeleagă faptul că stăpânirea noastră asupra copiilor noștri alunecă.

Raționamentul din spatele educației parentale ca un set de abilități părea destul de logic, dar retrospectiv a fost o greșeală îngrozitoare. A dus la o dependență artificială de experți, le-a furat părinților încrederea lor naturală și adesea îi lasă să se simtă proști și inadecvați. Ne grăbim să presupunem că copiii noștri nu ascultă pentru că nu știm să-i facem să asculte, că copiii noștri nu se conformează pentru că nu am învățat încă trucurile potrivite, că copiii nu sunt suficient de respectuoși față de autoritate pentru că noi , părinții, nu i-au învățat să fie respectuoși. Omitem punctul esențial că ceea ce contează nu este priceperea părinților, ci relația copilului cu adultul care își asumă responsabilitatea.

Când ne concentrăm îndeaproape asupra a ceea ce ar trebui să facem, devenim orbi față de relația noastră de atașament cu copiii noștri și de insuficiența acesteia. Calitatea de părinte este înainte de toate o relație, nu o abilitate de dobândit. Atașamentul nu este un comportament de învățat, ci o conexiune care trebuie căutată.

Impotența parentală este greu de văzut, deoarece puterea pe care o dețineau părinții nu era conștientă de ea însăși. Era automat, invizibil, o componentă încorporată a vieții de familie și a culturilor bazate pe tradiții. În general, părinții de altădată își puteau da puterea de bună, deoarece era de obicei suficientă pentru sarcina pe

care o aveau. Din motive pe care am început să le explorăm, acesta nu mai este cazul. Dacă cineva nu înțelege sursa ușurinței, nu poate aprecia rădăcina dificultății. Datorită ignoranței noastre colective asupra atașamentului, dificultății noastre de a recunoaște impotența părintească și aversiunea față de puterea însăși, cea mai comună suferință în educație parentală este lăsată cerșind o explicație.

CĂUTAREA ETICHETELOR

Alternativa evidentă de a da vina pe părinte este de a concluziona că este ceva în neregulă sau lipsește în copil. Dacă nu ne este dat să ne îndoim de calitatea noastră de părinți, presupunem că sursa necazului nostru trebuie să fie copilul. Ne adăpostim în gândul care dă vina pe copii că nu am eșuat, dar copiii noștri nu au reușit să se ridice la standardele așteptate. Atitudinea noastră este exprimată în întrebări sau solicitări precum De ce nu acordați atenție? Nu mai fi atât de dificil! Sau, de ce nu poți face ceea ce ți se spune?

Dificultatea de a fi părinte duce adesea la o vânătoare pentru a afla ce este în neregulă cu copilul. Astăzi putem asista la o căutare frenetică de etichete care să explice problemele copiilor noștri. Părinții caută diagnosticele formale ale unui profesionist sau înțeleg etichetele informale - există, de exemplu, cărți despre creșterea copilului „dificil” sau „spirituos”. Cu cât parentingul devine mai frustrant, cu atât este mai probabil ca copiii să fie percepuți ca fiind dificili și cu atât mai multe etichete vor fi căutate pentru verificare. Nu este o coincidență că preocuparea pentru diagnostice a fost paralelă cu creșterea orientării către egali în societatea noastră. Din ce în ce mai mult, problemele comportamentale ale copiilor sunt atribuite diferitelor sindroame medicale, cum ar fi tulburarea de opoziție sfidătoare sau tulburarea de deficit de atenție. Aceste diagnostice au cel puțin beneficiul de a absolvi copilul și de a înlătura sarcina vinovăției de la părinți, dar ele camuflează dinamica reversibilă care îi determină pe copii să se comporte prost în primul rând. Explicațiile medicale ajută prin înlăturarea vinovăției, dar împiedică prin reducerea problemelor la concepte suprasimplificate. Ei presupun că problemele complexe de

comportament ale multor copii pot fi explicate prin genetică sau prin circuite cerebrale greșite. Ei ignoră dovezile științifice conform cărora creierul uman este modelat de mediu încă de la naștere de-a lungul vieții și că relațiile de atașament sunt cel mai important aspect al mediului înconjurător al copilului. De asemenea, ei dictează soluții înguste, cum ar fi medicamentele, fără a ține cont de relațiile copilului cu semenii și cu lumea adulților. În practică, ele servesc pentru a dezactiva și mai mult părinții.

Nu spunem că fiziologia creierului nu este implicată în unele tulburări ale copilăriei sau că medicamentele nu au niciodată valoare. Coautorul meu, de exemplu, vede mulți copii și adulți cu ADD, o afecțiune în care funcționarea creierului este diferită din punct de vedere fiziologic de ceea ce este normal, și prescrie medicamente atunci când acestea par a fi necesare în mod justificat. Ceea ce ne opunem este reducerea problemelor copilăriei la diagnostice și tratamente medicale, cu excluderea numeroșilor factori psihologici, emoționali și sociali care contribuie la modul în care apar aceste probleme. Chiar și în ADD și în alte afecțiuni ale copilăriei în care diagnosticele și tratamentele medicale pot avea valoare, relația de atașament cu părinții trebuie să rămână preocuparea principală și cea mai bună cale către vindecare.*

Părinții lui Sean au urmat deja calea căutării etichetelor, adunând trei diagnostice diferite de la trei experți diferiți - doi psihologi și un psihiatru. Un profesionist l-a apreciat ca fiind obsesiv compulsiv, altul ca sfidător din punct de vedere opozițional și încă altul ca suferă de tulburare de deficit de atenție. A aflat că ceva era într-adevăr în neregulă cu Sean a fost o mare ușurare pentru părinții săi. Dificultatea lor în a fi părinte nu a fost vina lor. În plus, diagnosticele medicilor l-au scos și pe Sean de la cârlig. Nu s-a putut abține. Etichetele au oprit blamarea, ceea ce a fost un lucru bun.

Nu m-am certat cu niciuna dintre aceste etichete; i-au descris de fapt comportamentul destul de bine. Era extrem de compulsiv, rezistent și neatent. În plus, ceea ce au în comun aceste trei sindroame este că copiii etichetați astfel sunt, de asemenea, impulsivi și neadaptativi. Copiii impulsivi (sau adulții) nu sunt

capabili să separe impulsurile de acțiuni. Ei acționează orice impuls apare în mintea lor. A fi neadaptativ înseamnă a nu te adapta atunci când lucrurile merg prost și a nu beneficia de adversitate, a învăța din consecințele negative. Aceste eșecuri le oferă părinților un comportament mai inadecvat de gestionat, limitând în același timp instrumentele lor de gestionare a comportamentului copilului. De exemplu, tehnicile negative, cum ar fi admonestarea, rușinea, sancțiunile, consecințele și pedeapsa sunt inutile pentru un tânăr care nu poate învăța din ele. Deci, într-un sens, s-ar putea spune cu exactitate că părinții lui Sean au avut atât de multe dificultăți din cauza a ceea ce era în neregulă cu Sean. Există ceva adevăr în asta, dar uneori un adevăr poate masca un adevăr și mai mare – în acest caz, o problemă în relație.

Etichetele medicalizate i-au făcut pe părinții lui Sean să depindă de experți. În loc să aibă încredere în propria intuiție, să învețe din propriile greșeli și să-și găsească propria cale, au început să caute la alții indicii despre cum să fie părinți. Ei au urmat mecanic sfaturile altora, folosind metode inventate de control al comportamentului, care au fost încălțate în relația de atașament. Uneori, spuneau ei, se simțea ca și cum ar fi relaționați mai degrabă cu un sindrom decât cu o persoană. În loc să găsească răspunsuri, au găsit atâtea opinii câte experți au existat care să le propună.

O problemă și mai îngrijorătoare cu etichetele – chiar și cele la fel de informale precum „copilul dificil” sau la fel de inofensive precum „copilul sensibil” – este că acestea creează impresia că rădăcina problemei a fost găsită. Ele acoperă adevărata sursă a dificultății. Când o evaluare a unei probleme ignoră factorii de relație de bază, ea întârzie căutarea unor soluții autentice.

Că Sean era un pumn nu era pus în discuție. Impulsivitatea lui îl făcea mai greu de gestionat, desigur. Cele mai multe impulsuri, totuși, sunt declanșate de atașament și atașamentele lui Sean au fost cele care s-au rătăcit. Nu impulsivitatea lui, ci faptul că aceste impulsuri lucrau împotriva părinților a făcut lucrurile atât de imposibile. A fost împotriva instinctelor naturale ale lui Sean să depindă de părinții săi, să fie aproape de ei sau să-și ia indiciile de

la ei. Acest lucru s-a datorat orientării către colegi, nu a unei tulburări medicale. Instinctele sale distorsionate de atașament au explicat, de asemenea, comportamentul său de opoziție și au indicat calea pentru un remediu. Problema orientării către colegi nu a explicat toate problemele sale de atenție, dar restabilirea atașamentului sănătos cu părinții a fost modalitatea de a stabili o bază pentru a le face față. Cea mai importantă problemă cu care părinții trebuiau să se împace nu era ce era în neregulă cu Sean, ci ce lipsea din relația lui Sean cu ei.

Deși nici părinții lui Kirsten, nici părinții Melaniei nu urmaseră calea căutării unui diagnostic oficial, ei s-au întrebat și dacă copiii lor sunt normali sau dacă problema stă în tehnicile lor. La o examinare mai atentă, am descoperit că Melanie era semnificativ imatură pentru vârsta ei, dar acest lucru din nou nu a explicat dificultatea de a fi părinte. Problema critică a fost că era dependentă de semeni, ceea ce, având în vedere imaturitatea ei psihologică, a dat o lovitură devastatoare pentru părinți.

Din fericire, orientarea către egali nu este doar prevenibilă, ci, în cele mai multe cazuri, și reversibilă – părțile 4 și 5 ale acestei cărți sunt dedicate acestor sarcini. Trebuie totuși să înțelegem temeinic care este problema. Parentingul a fost menit să fie natural și intuitiv, dar poate fi așa doar atunci când copilul se atașează de noi. Pentru a recâștiga puterea de a părinți, trebuie să-i aducem pe copiii noștri înapoi în dependență deplină de noi – nu doar dependență fizică, ci și psihică și emoțională, așa cum natura a intenționat vreodată.

Pentru o discuție completă a acestor probleme, a se vedea Scattered: How Attention Deficit Disorder Originates and What You Can Do About It, de Gabor Maté (New York: Plume, 1999).

5 DIN AJUTOR LA OBSTANCIU: CÂND ATASAMENTUL FUNCȚIONEAZĂ ÎMPOTRIVA NOI

COMEDIUL JERRY Seinfeld, un proaspăt tată la vârsta de patruzeci și șapte de ani, a comentat cât de enervant este să ai un alt om să te privească vesel în ochi și să-și caca pantalonii în același timp. „Imaginați-vă”, a spus Seinfeld, „el face asta în timp ce se uită direct la tine!” Ceea ce îi ține pe părinți în joc este atașamentul. Angajamentul și valorile pot merge mult, dar dacă ar fi doar atât, parenting-ul ar fi o muncă simplă. Dacă nu ar fi fost atașament, mulți părinți nu ar fi capabili să suporte schimbarea scutecelor, să ierte somnul întrerupt, să suporte zgomotul și plânsul, să îndeplinească toate sarcinile care nu sunt apreciate. Mai târziu, nici nu au putut tolera provocările de a face față comportamentelor iritante și chiar detestabile ale urmașilor lor.

Atașamentul, am observat, își face treaba în mod invizibil. Oamenii care din pur instinct au creat o relație bună de atașament cu copilul lor vor fi părinți de succes și competenți, chiar dacă nu au învățat niciodată în mod oficial o singură „abilitate” parentală.

Există șapte moduri semnificative în care atașamentul sprijină o educație parentală eficientă. O face prin asigurarea dependenței copilului de părinte, care este adevărata sursă a puterii părintești. Din păcate, atunci când atașamentele copilului nu sunt aliniate, aceste șapte moduri funcționează pentru a submina autoritatea parentală. Cititorii vor găsi util să se refere la această listă pe măsură ce își asumă sarcina de a-și reafirma legătura cu copiii lor.

Părinților dornici de sfaturi despre ce să facă, le spun din nou că înțelegerea răbdătoare și sinceră a atașamentului este prima cerință. Experiența mea de a ajuta mii de părinți și copii m-a convins că,

dacă nu înțelegem complet cum și de ce lucrurile nu funcționează - și, de asemenea, cum trebuie să funcționeze lucrurile - încercările noastre de soluții, indiferent cât de bine intenționate, nu vor face decât să agraveze problema. .

ATASAMENTUL ARANJEAZĂ IERARHIC PĂRINTILE ȘI COPILUL

Prima afacere a atașamentului este de a aranja adulții și copiii într-o ordine ierarhică. Când oamenii intră într-o relație, creierul lor de atașament clasifică automat participanții în ordinea dominației. Încorporate în aparatul nostru cerebral înnăscut sunt poziții arhetipale care se împart în general în dominant și dependent, îngrijitor și căutare de îngrijire, cel care oferă și cel care primește. Acest lucru este valabil chiar și pentru atașamentele adulților, ca și în căsătorie, deși în relațiile sănătoase, reciproce, va exista o mare schimbare între modurile de a oferi și de a căuta îngrijire, în funcție de circumstanțe și în funcție, de asemenea, de modul în care se desfășoară căsătoria. partenerii au ales să-și împartă responsabilitățile. Cu adulții, copiii sunt menționați să fie în modul dependent, de căutare de îngrijire.

Un copil este receptiv să fie îngrijit sau direcționat atâta timp cât se experimentează pe sine într-un mod dependent. Copiii plasați corespunzător în ierarhia atașamentului doresc instinctiv să fie îngrijiți. Ei își ridică în mod spontan părinții, apelează la ei pentru răspunsuri și se așteaptă la ei. Această dinamică este în însăși natura atașamentului. Este ceea ce ne permite să ne facem treaba. Fără acest sentiment de dependență, comportamentul este greu de gestionat.

Orientarea la egal la egal activează aceeași programare, dar acum cu rezultate negative. Subminează funcționarea instinctuală a creierului de atașament, conceput pentru atașamentele copil-adult. În loc să țină copilul într-o relație sănătoasă cu îngrijitorii ei, dinamica dominanței/dependenței creează situații nesănătoase de dominație și supunere în rândul colegilor imaturi.

Un copil al cărui creier de atașament selectează un mod mai dominant va prelua conducerea și îi va conduce pe semenii săi. Dacă acest copil dominant este plin de compasiune și își asumă responsabilitatea pentru ceilalți, el va fi, de asemenea, îngrijitor și îngrijitor. Dacă copilul este frustrat, agresiv și egocentrist, avem crearea unui bătăuș - așa cum vom explora în capitolele ulterioare despre agresiune și bullying. Dar principalul haos cauzat de orientarea către egali este că aplatizează ierarhia naturală părinte-copil. Părinții își pierd respectul și autoritatea care, în ordinea naturală a lucrurilor, aparțin în mod corespunzător rolului lor dominant.

Un copil orientat spre egali nu are un simț interior al ordinii sau al rangului, nicio dorință ca părintele să fie mai mare decât unul sau mai presus de unul. Dimpotrivă, orice astfel de postură a părintelui îl lovește pe copilul orientat spre semeni ca fiind artificial și nefiresc, ca și cum părintele ar încerca să stăpânească asupra copilului sau ar încerca să-l doboare.

Cei trei copii din capitolul anterior au fost cu toții seduși departe de atașamentele lor parentale prin orientarea către egali. Deși Kirsten avea doar șapte ani, părinții ei își pierduseră poziția dominantă în ordinea atașamentului. Asta a explicat grosolănia ei și lipsa de respect, mai ales atunci când colegii erau prin preajmă. La fel și cu Sean și Melanie. Pe măsură ce atașamentul față de părinți slăbise, aranjamentul ierarhic menit să faciliteze educația parentală se prăbușise, ceea ce tatăl Melaniei simțea atât de acut și la care reacționa atât de vehement. Melanie își trata părinții de parcă ar fi fost egali care nu aveau nicio treabă să o conducă și să încerce să-și conducă viața. Instinctiv, tatăl Melaniei încerca să o pună în locul ei. Din păcate, nu este ceva ce un părinte poate face fără ajutorul atașamentului. Fără atașament, părintele reușește cel mult să convingă copilul spre ascultare, cu prețul unor prejudicii grave aduse relației și dezvoltării pe termen lung a copilului.

Orientarea la egal la egal nu este singurul mod în care ordinea atașamentului poate fi inversată. Se poate întâmpla, de exemplu, pentru că părinții au nevoi nerezolvate pe care le proiectează asupra

copilului. În practicile noastre respective ca psiholog și medic, am văzut amândoi părinți care s-ar baza pe copiii lor ca confidenti, plângându-le copiilor de probleme cu soțul lor. Copilul devine un post de ascultare pentru suferința emoțională a părintelui. În loc să le poată încredința părinților ei propriile dificultăți, ea învață să-și suprime nevoile și să servească nevoile emoționale ale altora. O astfel de inversare a ierarhiei atașamentului este, de asemenea, dăunătoare dezvoltării sănătoase. În Attachment, primul volum al trilogiei sale clasice care explorează influența relațiilor părinte-copil asupra dezvoltării personalității, psihiatrul John Bowlby scrie că „Inversarea rolurilor dintre copil, sau adolescent și părinte, dacă nu este foarte temporară, nu este aproape întotdeauna. doar un semn de patologie la părinte, dar o cauză a acesteia la copil." Inversarea rolului cu un părinte deformează relația copilului cu întreaga lume. Este o sursă puternică de stres psihologic și fizic ulterior.

Pe scurt, creierul de atașament al copilului orientat spre adult o face receptivă la un părinte care preia conducerea și își asumă responsabilitatea pentru ea. Pentru un astfel de copil, i se pare corect ca părintele să fie în poziția dominantă. Dacă aranjamentul este inversat sau dacă cade plat din cauza orientării către semeni, a fi parental va fi contrar instinctului copilului, oricât de mare ar fi nevoia.

ATAșAMENTUL EVOCĂ INSTINCTUL PĂRINȚILOR, FACE COPILUL MAI DRIGĂTOR ȘI CRESCĂ TOLERANȚA PĂRINȚILOR

După cum ilustrează gluma lui Jerry Seinfeld, atașamentul nu numai că pregătește un copil pentru a fi îngrijit, dar evocă și instinctele de îngrijire la un adult. Antrenamentul sau educația nu pot face ceea ce poate face atașamentul: declanșează instinctele de care să ai grijă. De asemenea, atașamentul îi face pe copii mai drăgălași decât ar fi altfel. Ne mărește toleranța față de greutățile implicate în educația parentală și abuzul neintenționat pe care îl putem suferi în acest proces.

Nu există nimic mai atrăgător decât comportamentul de atașament al unui copil - ochii care se angajează, zâmbetul care

trage de stringurile inimii, brațele întinse, topirea în tine când îl ridici. O persoană ar trebui să fie complet călită pentru ca butoanele de atașament să nu fie apăsate. Comportamentul de atașament servește scopului de a trezi părintele din noi. Este conceput nu de sugar, ci de reflexe de atașament care sunt automate și spontane. Dacă îl atinge pe părintele din interiorul nostru, ne vom trezi apropiindu-ne, dorind să ținem, pregătiți să ne asumăm responsabilitatea. Experimentăm atașamentul la locul de muncă: comportamentul de atașament impulsiv al sugarului evocând instinctele de atașament ale unui potențial părinte.

Astfel de comportamente fermecătoare și antrenante pot dispărea pe măsură ce copiii cresc, dar impactul comportamentului de atașament al copilului asupra părinților rămâne puternic pe durata copilăriei. Când copiii noștri exprimă prin acțiuni sau cuvinte dorința de a ne atașa, îi face mai dulci și mai ușor de luat. Sunt sute de mici gesturi și expresii, toate inconștiente, care servesc să ne înmoaie și să ne apropie. Nu suntem manipulați de copil, suntem lucrați de forțele atașamentului și din motive întemeiate. Părintul implică greutăți și avem nevoie de ceva care să facă povara puțin mai ușor de suportat.

Orientarea către colegi schimbă toate acestea. Limbajul corpului de atașament care creează atracția magnetică nu mai este îndreptat către noi. Ochii nu ne mai implică. Fața nu este dragă. Zâmbetele care înainte ne încălzeau inimile au înghețat cumva și acum ne lasă frig sau ne creează o durere. Copilul nostru nu mai răspunde la atingerea noastră. Îmbrățișările devin superficiale și unilaterale. Devine greu să ne placă copilul. Când nu suntem pregătiți de atașamentul copiilor noștri față de noi, suntem lăsați să ne bazăm doar pe dragostea și angajamentul nostru și pe simțul nostru de responsabilitate ca părinte. Pentru unii este suficient; pentru mulți nu este.

Pentru tatăl Melaniei nu a fost suficient. Melanie îi fusese întotdeauna aproape, dar când atenția și afecțiunile ei erau distrase către semenii ei, inima tatălui ei s-a răcit. Era genul de tip care a ieșit din calea lui, cu mult peste majoritatea părinților, pentru a face

ceva să funcționeze pentru fiica lui, dar s-a dovedit a fi mai mult o muncă de atașament decât propriul său caracter autonom. Limbajul lui reflecta schimbarea inimii lui. Era plin de „M-am săturat, nu mai suport asta", „Nimeni nu ar trebui să suporte acest gen de rahat". Au început să zboare și ultimatumurile. Tatăl Melaniei s-a simțit folosit, abuzat, luat de la sine înțeles și profitat de el.

De fapt, toți părinții sunt folosiți, abuzați, luați de la sine și profitați. Motivul pentru care de obicei nu ajunge la noi este din nou munca atașamentului. Luați de exemplu o pisică-mamă cu pisoi care alăptează. Mama este călcată, mușcată, zgâriată, împinsă și împinsă, dar în cea mai mare parte rămâne remarcabil de tolerantă. Dar dacă un pisoi care nu este al ei ar fi introdus în așternut, acea toleranță va lipsi extrem de mult dacă nu se formează un atașament. Pisica-mamă va pedepsi fizic pisoiul pentru cea mai mică infracțiune, indiferent cât de inevitabil a fost. Maturitatea noastră ca părinți umani și simțul nostru de responsabilitate ne pot ajuta să transcendem astfel de reacții instinctive, dar avem încă multe în comun cu alte creaturi de atașament. Și noi suntem declanșați mai ușor atunci când atașamentul a devenit slăbit. Lipsa unui atașament reciproc spontan este probabil ceea ce le-a dat părinților vitregi o reputație atât de proastă în basmele copiilor.

Cei mai mulți dintre noi au nevoie de ajutorul atașamentului pentru a suporta uzura experimentată în timpul executării responsabilităților noastre parentale. Copiii, în general, nu au idee despre impactul lor asupra noastră, despre rănile pe care le-au provocat sau despre sacrificiile pe care le-am făcut în numele lor. Nici ei nu ar trebui – cel puțin nu până când nu învață prin propria lor reflecție matură ce am făcut noi pentru ei. Face parte din sarcina parentală să fie considerat de la sine înțeles. Ceea ce face ca totul să merite este gestul de afecțiune, semnul conexiunii, dorința de apropiere – nu neapărat din aprecierea pentru dăruirea și efortul nostru, ci din atașament pur și simplu. Pe de altă parte, atunci când acel atașament este deturnat, poate face povara insuportabilă. Confruntați cu copiii orientați spre egali, mulți dintre noi ni se pare că instinctul parental este tocit. Căldura naturală pe care ne place să

o simțim față de copiii noștri devine rece și chiar ne putem simți vinovați pentru că nu ne „iubim” suficient copiii.

În arena nefirească a relațiilor orientate către colegi, aceeași putere a atașamentului de a face pe cineva să suporte maltratările se întoarce înapoi. Menit să ușureze povara parentală și să-i țină pe părinți în joc, în rândul colegilor favorizează abuzul. Copiii pot ajunge să tolereze încălcarea pe care o experimentează din partea semenilor lor. Părinții sunt adesea consternați că copiii lor, recalcitrați acasă chiar și la cea mai mică corecție sau control, suportă cerințele nerezonabile ale semenilor și chiar acceptă să fie maltratați de către aceștia. Incapabil să recunoască faptul că unui prieten sau coleg de clasă nu îi pasă suficient de ea pentru a-și lua în considerare sentimentele, copilul orientat spre colegii va închide ochii sau va găsi o scuză care să păstreze atașamentul.

ATASAMENTUL COMANDĂ ATENȚIA COPILULUI

Este enorm de frustrant să gestionezi un copil care nu ne acordă atenție. Faptul ca un copil să ne privească și să ne asculte este esențial pentru orice educație parentală. Părinții din distribuția noastră de nouă persoane au avut cu toții dificultăți în a câștiga atenția copiilor lor. Mama lui Melanie s-a plâns că uneori se simțea de parcă nici nu există. Părinții lui Sean s-au săturat să fie ignorați. Părinții lui Kirsten au avut dificultăți în a-și determina copilul de șapte ani să asculte și să-i ia în serios.

Problemele cu care se confruntă acest grup în a atrage atenția copiilor lor nu sunt neobișnuite. De fapt, nicio persoană nu poate capta cu adevărat atenția altuia. Creierul copilului atribuie priorități pentru ceea ce trebuie să se ocupe de dinamici care sunt, în cea mai mare parte, inconștiente. Dacă foamea este preeminentă, mâncarea va atrage atenția copilului. Dacă nevoia de a se orienta este cea mai urgentă, copilul va căuta familiarul. Dacă copilul este alarmat, atenția ei va fi îndreptată către scanarea a ceea ce ar putea fi în neregulă. Totuși, atașamentul este ceea ce contează cel mai mult în lumea copilului și, prin urmare, va fi esențial pentru orchestrarea atenției sale.

Practic, atenția urmează atașamentului. Cu cât atașamentul este mai puternic, cu atât este mai ușor să atragi atenția copilului. Când atașamentul este slab, atenția copilului va fi în mod corespunzător dificil de angajat. Unul dintre semnele revelatoare ale unui copil care nu acordă atenție este că un părinte trebuie să ridice continuu vocea sau să repete lucruri. Unele dintre cele mai persistente solicitări ale noastre ca părinți au de-a face cu atenția lor: „Ascultă-mă", „Uită-te la mine când vorbesc", „Acum uită-te aici", „Ce tocmai am spus?" sau cel mai simplu, „Fii atent".

Când copiii devin orientați spre semeni, atenția lor se îndreaptă instinctiv către semeni. Este împotriva instinctelor naturale ale unui copil orientat spre egali de a se ocupa de părinți sau profesori. Sunetele emanate de la adulți sunt privite de mecanismele de atenție ale copilului ca atât de mult zgomot și interferență, lipsite de sens și relevanță față de nevoile de atașament care îi domină viața emoțională.

Orientarea către semeni creează deficite în atenția copilului față de adulți, deoarece adulții nu sunt prioritari în ierarhia atenției copiilor orientați spre egali. Nu este întâmplător faptul că tulburarea de deficit de atenție a fost considerată inițial o problemă școlară, un copil nereușind să acorde atenție profesorului. De asemenea, nu este întâmplător faptul că explozia numărului de cazuri diagnosticate de tulburare de deficit de atenție a fost paralelă cu evoluția orientării către egali în societatea noastră și este mai gravă acolo unde orientarea către egali este cea mai predominantă – centrele urbane și școlile din centrul orașului. Acest lucru nu înseamnă că toate problemele în acordarea atenției provin din această sursă și că nu există alți factori implicați în ADD. Pe de altă parte, a nu recunoaște rolul fundamental al atașamentului în guvernarea atenției înseamnă a ignora realitatea multor copii diagnosticați cu ADD. Deficitele de atașament față de adulți contribuie semnificativ la deficitele de atenție față de adulți. Dacă atașamentul este dezordonat, atenția va fi, de asemenea, dezordonată.

ATASAMENTUL ȚINE COPILUL APROAPE DE PĂRINTE

Poate cea mai evidentă sarcină a atașamentului este să țină copilul aproape. Când copilul își experimentează nevoia de proximitate în termeni fizici – așa cum fac copiii foarte mici – atașamentul servește ca o lesă invizibilă. Progeniturile noștri au acest lucru în comun cu multe alte creaturi de atașament care trebuie să țină un părinte la vedere, auz sau miros.

Uneori, nevoia de apropiere ni se pare cam sufocantă, mai ales când copilul mic sau preșcolar intră în panică atunci când închidem ușa băii. În cea mai mare parte, însă, această programare a atașamentelor ne oferă o mare libertate. În loc să fim cu ochii pe copil continuu, ne putem permite să luăm conducerea și să avem încredere în instinctele lui pentru a-l face să urmeze. Ca o mamă ursoaică cu un pui sau o mamă pisică cu pisoi sau o mamă gâscă cu gosari, putem lăsa atașamentul să facă treaba de a ne ține puii aproape în loc să fie nevoiți să-i adăpostim sau să-i punem în țarcuri.

Instinctele copilului de a sta aproape de noi ne pot sta în cale și ne pot frustra. Nu salutăm munca atașamentului atunci când tânjim la separare, fie în scopuri de muncă, școală, sex, sănătate mintală sau somn. Societatea noastră este atât de răsturnată încât putem ajunge să prețuim dorința copilului de a se separa mai mult decât instinctele ei de apropiere. Din păcate, nu o putem avea în ambele sensuri. Părinții ai căror copii mici nu sunt atașați corespunzător se confruntă cu un scenariu de coșmar doar ținând copilul la vedere. Ar trebui să fim recunoscători pentru ajutorul oferit de atașament în a ne ține copiii aproape. Dacă ar trebui să facem toată munca, nu am fi niciodată capabili să ne descurcăm cu celelalte sarcini pe care le implică parentingul. Trebuie să învățăm să fim părinți în armonie cu acest design, mai degrabă decât să luptăm împotriva lui.

Dacă totul merge bine, dorința de apropiere fizică cu părintele evoluează treptat într-o nevoie de conexiune și contact emoțional. Nevoia de a-l ține pe părintele la vedere se schimbă în nevoia de a ști unde se află părintele. Chiar și adolescenții, dacă sunt bine atașați, se vor întreba „Unde este tata?” și „Când ajunge mama

acasă?” și va prezenta adesea o oarecare anxietate atunci când nu poate lua legătura.

Orientarea la egal la egal încurcă cu aceste instincte. Există la fel de multă nevoie de conexiune și contact la copiii orientați spre egali, dar acum este redirecționat unul către celălalt. Acum copilul devine îngrijorat de locul unde se află înlocuitorii noștri. Ca societate, am dezvoltat o tehnologie puternică pentru a păstra legătura, de la telefoane mobile la e-mail la linii de chat pe Internet. Melanie, în vârstă de treisprezece ani, obsedată de contactul cu colegii, era pe deplin implicată în această urmărire. Această nevoie urgentă de a rămâne în contact interferează nu numai cu timpul în familie, ci și cu studiile copilului, cu dezvoltarea talentului și, mai mult, cu singurătatea creativă, care este atât de esențială pentru maturizare. (Pentru mai multe despre maturizare și singurătate creativă, vezi capitolul 9.)

ATAȘAMENTUL CREAȚI UN MODEL DIN PĂRINTE

Adulții sunt adesea surprinși și chiar răniți atunci când copiii aflați în grija lor nu le urmează exemplul în modul în care se comportă și își trăiesc viața. O astfel de dezamăgire izvorăște din credința greșită că părinții și profesorii sunt modele automate pentru copiii și elevii lor. În realitate, copilul îi acceptă drept modele doar pe cei de care este puternic atașat. Nu viața noastră ne face modele, oricât de exemplare, și nici simțul nostru de responsabilitate față de copil sau rolul nostru de îngrijire în viața copilului. Este atașamentul care îl face pe copil să-și dorească să fie ca o altă persoană, să-și asume caracteristicile altuia. Modelarea, pe scurt, este o dinamică a atașamentului. Emulând persoana de care este atașat, copilul menține apropierea psihologică cu acel individ.

Dorința de asemănare cu figurile importante de atașament duce la unele dintre cele mai semnificative și spontane experiențe de învățare ale copilului, chiar dacă apropierea, nu învățarea, este motivația de bază. O astfel de învățare are loc fără ca părinții să aibă multă intenție conștientă de a preda sau copilul de a studia. În absența atașamentului, învățarea este muncită și predarea forțată.

Gândiți-vă la munca care ar fi implicată dacă fiecare cuvânt pe care copilul l-a dobândit ar trebui să fie predat în mod deliberat de către părinte, fiecare comportament modelat în mod conștient, fiecare atitudine inculcată în mod intenționat. Povara parentală ar fi copleșitoare. Atașamentul realizează aceste sarcini în mod automat, cu un efort relativ mic necesar fie de la părinte, fie de la copil. Atașamentul oferă învățare asistată de putere – cât de încântător este, au descoperit mulți oameni, să studieze o nouă limbă atunci când sunt îndrăgostiți de instructorul fermecător! Indiferent dacă știm sau nu, ca părinți și profesori ne bazăm foarte mult pe atașament pentru a face modele din noi.

Când semenii îi înlocuiesc pe părinți ca figuri dominante de atașament, ei devin modelele copilului nostru fără, desigur, să-și asume nicio responsabilitate pentru rezultatul final. Copiii noștri își copiază reciproc limbajul, gesturile, acțiunile, atitudinile și preferințele. Învățarea este la fel de impresionantă, dar conținutul nu mai este în controlul nostru. Curtea școlii este adesea locul unde are loc cel mai mult această învățare asistată de putere. Ceea ce se învață în acest mod poate fi acceptabil atunci când modelele sunt copii care ne plac, dar destul de supărător atunci când copiii devin modelele al căror comportament sau valori le găsim deranjante. Mai rău, orice învățătură pe care vrem să le oferim copiilor noștri devine acum obositoare, deliberată și dureros de lentă. Meseria de părinte devine nemăsurat mai complicată atunci când nu suntem modelul pe care copilul nostru îl emulează.

ATAȘAMENTUL DENUMEȘTE PĂRINTELE CA PRINCIPAL DĂTĂTOR DE PĂRȚI

Una dintre sarcinile fundamentale ale părintelui este de a oferi îndrumare și îndrumare copiilor noștri. În fiecare zi subliniem ce funcționează și ce nu, ce este bine și ce nu, ce este de așteptat și ce este inadecvat, ce să ții și ce să evităm. Până când copilul devine capabil de a se autodirecționa și de a urma indiciile din interior, el sau ea are nevoie de cineva care să-i arate calea. Copiii caută în mod constant indicii despre cum să fie și ce să facă.

Problema critică nu este cât de perspicace este predarea noastră, ci cine numește programarea atașamentului copilului să fie ghidul de urmat. Este important să fim buni în a da direcție, dar nu contează cât de înțelept sau de clar vorbit dacă nu suntem noi cei pe care copilul caută indicii. Aici literatura parentală a mers prost. Premisa nedeclarată, care nu mai este justificată, este că copiii sunt orientați spre adulți, luând indiciile de la părinți sau profesori. Prin urmare, literatura se concentrează asupra modului de a oferi îndrumări și îndrumări – de exemplu, să fie clar în ceea ce privește așteptările, stabilirea unor limite bine definite și rezonabile, articularea regulilor, consecvența cu privire la consecințe, evitarea mesajelor amestecate. Când copiii nu ne urmăresc indiciile, este ușor să presupunem că problema constă fie în modul în care ne transmitem așteptările, fie în capacitatea copiilor de a ne primi mesajele. Așa poate fi în unele situații, dar mult mai probabil că problema este mult mai profundă: ca urmare a atașamentului pierdut, copilul nu ne mai urmează exemplul.

A oferi îndrumări și îndrumări nu ar trebui să fie o sarcină grea, plină de frustrare. Poate și ar trebui să se întâmple spontan. Oricine servește drept punct de busolă al copilului vine să servească și ca dătătorul de reper. Totul face parte din reflexul de orientare. Creierul copilului va scana automat pentru indicii de la oricine este atașat în primul rând copilul. Dacă creierul de atașament al unui copil este orientat către părinte, aceste indicii vor veni din chipul părintelui, reacțiile părintelui, valorile părintelui, comunicări și gesturi. Părintele este citit și studiat cu atenție pentru semne care indică ceea ce ar putea fi dorit sau așteptat. Atașarea ușurează să dai direcție – uneori puțin prea ușor.

Când nu suntem la fel de bine și ne comportăm sau vorbim în moduri cu care nu suntem mândri, ne-am dori ca copiii noștri să nu ne urmeze exemplul atât de automat și precis. Puterea se poate simți uneori împovărătoare, dar cineva va fi desemnat desemnarea. Dacă nu noi, atunci cine? Cel puțin, ca adulți și părinți responsabili, avem capacitatea și simțul responsabilității de a reflecta asupra acțiunilor noastre și, atunci când este necesar, de a repara orice daune pe care

le-am fi putut provoca. Când colegii obțin puterea, nu își asumă nicio responsabilitate și nici nu se simt rău vreodată de vreun impact negativ pe care îl au. Spre deosebire de părinți, ei nu se luptă să crească în rolul pe care atașamentul le-a atribuit. Chiar dacă suntem imaturi și inadecvați, să ni se acorde responsabilitatea minunată de a fi un model și un dator de indicii este un stimulent puternic pentru a ne extinde și a crește.

Dacă semenii îl înlocuiesc pe un părinte ca dător de indicii, copilul va urma așteptările semenilor săi, așa cum îi percepe el. Un astfel de copil va urma cerințele semenilor săi la fel de ușor cum ar asculta ordinele părintelui dacă el, copilul, ar fi orientat către adulți.

Unii părinți pot evita să dea îndrumare în credința naivă că trebuie să lase loc copilului pentru a-și dezvolta propriile ghiduri interne. Nu funcționează așa. Doar maturitatea psihologică poate oferi o autodeterminare autentică. Deși este important pentru dezvoltarea lor ca copiilor să li se ofere opțiuni adecvate vârstei și maturității lor, părinții care evită să dea îndrumări în principiu ajung să renunțe la rolul lor de părinte. În absența îndrumării părinților, majoritatea copiilor vor căuta îndrumare de la o sursă înlocuitoare, probabil de la semenii lor.

Gestionarea unui copil care nu ne urmează direcția este destul de dificilă, dar încercarea de a controla un copil sub comanda altcuiva este aproape imposibilă. Ceea ce a fost menit să ne înlocuiască nu este altcineva care dă ordine, ci maturitatea – adică capacitatea propriei persoane adulte de a lua decizii și de a alege cea mai bună cale de acțiune pentru ea însăși.

ATASAMENTUL FACE COPILUL SĂ VRĂ SĂ FIE BUN PĂRINTILE

Ultimul mod important în care suntem asistați de atașamentul copilului nostru față de noi este cel mai semnificativ dintre toate: dorința copilului de a fi bun pentru părinte. Merită o privire atentă.

Dorința copilului de a se conforma conferă părintelui o putere formidabilă. Dificultățile create de absența lui sunt la fel de formidabile. Putem vedea impulsul de a fi bun în dorința câinilor de

companie de a se comporta pentru stăpânii lor, deși sunt indiferenți la comenzile străinilor. Încercarea de a gestiona un câine neinteresat să fie bun pentru noi ne dă o mică idee cu ce ne confruntăm atunci când această motivație lipsește într-o ființă emoțională mult mai complexă și mai vulnerabilă precum copilul uman.

Această dorință de a fi bun este unul dintre primele lucruri pe care le caut la un copil ai cărui părinți întâmpină probleme în educația parentală. Există o serie de motive pentru care un copil nu este bun, dar de departe cel mai important este absența dorinței în sine. Este trist de spus, unii copii nu se pot ridica niciodată la înălțimea așteptărilor părinților, deoarece standardele cerute de părinți sunt fără speranță nerealiste. Dar dacă dorința copilului în sine lipsește, nu prea contează dacă așteptările sunt sau nu realiste. Când i-am întrebat pe părinții lui Sean, Melanie și Kirsten, toți au raportat că copilul lor nu avea această motivație. Cu toate acestea, părinții fiecăruia și-au putut aminti o perioadă din trecutul nu prea îndepărtat, când dorința de a fi buni fusese mult mai evidentă.

În scopul creșterii copiilor, încununarea unui atașament de muncă este de a insufla unui copil dorința de a fi bun. Când spunem despre un anumit copil că este „bun”, credem că descriem o caracteristică înnăscută a copilului. Ceea ce nu vedem este că atașamentul copilului față de adult este cel care promovează această bunătate. În acest fel, suntem orbi la puterea atașamentului. Pericolul în a crede că personalitatea înnăscută a copilului face ca dorința lui să fie bună este că îl vom învinovăți și îl vom face de rușine – îl vom vedea „rău” – dacă vom găsi că această dorință lipsește. Impulsul de a fi bun provine mai puțin din caracterul copilului decât din natura relațiilor acestuia. Dacă un copil este „rău”, este relația pe care trebuie să o corectăm, nu copilul.

Atașamentul evocă dorința de a fi bun în mai multe moduri, fiecare dintre ele influent în sine. Împreună fac posibilă transmiterea de la o generație la alta a standardelor de comportament și valori acceptabile. O sursă a dorinței copilului de a fi bun este ceea ce eu numesc „conștiința atașamentului” – un fel de alarmă care este înnăscută în copil. O avertizează împotriva comportamentului care

ar declanșa dezgrația părintelui. Cuvântul conștiință își are originea în verbul latin „a ști”. Îl folosesc aici în acest sens mai elementar, nu ca un cod de moralitate, ci ca o cunoaștere interioară care protejează împotriva unei rupturi cu părintele.

Esența conștiinței atașamentului este anxietatea de separare. Deoarece atașamentul contează atât de mult, centrii nervoși importanți din creierul atașamentului funcționează ca niște alarme, creând un sentiment de agitație inconfortabilă atunci când ne confruntăm cu separarea de cei de care suntem atașați. La început, anticiparea separării fizice este cea care evocă acest răspuns la copil. Pe măsură ce atașamentul devine mai psihologic, experiența separării emoționale devine mai producătoare de anxietate. Copilul se va simți rău atunci când anticipează sau experimentează dezaprobarea sau dezamăgirea părintelui. Orice face copilul care l-ar putea supăra pe părinte, îl împinge pe părinte sau îl înstrăinează va evoca anxietate în copil. Conștiința atașamentului va menține comportamentul copilului în limitele stabilite de așteptările părinților.

Conștiința atașamentului poate evolua în cele din urmă în conștiința morală a copilului, dar funcția sa inițială este de a păstra legătura cu oricine servește ca atașament primar. Atunci când atașamentul de lucru al unui copil se schimbă, conștiința atașamentului va fi probabil recalibrată pentru a evita orice ar cauza supărare sau distanțare în noua relație. O conștiință mai matură și mai autonomă, consecventă în toate situațiile și relațiile, nu evoluează până când un copil nu a dezvoltat o personalitate suficient de puternică pentru a-și forma valori și judecăți independente.

Deși este benefic pentru un copil să se simtă rău atunci când anticipează o pierdere a conexiunii cu cei care îi sunt devotați și bunăstării și dezvoltării sale, este extrem de important ca părinții să înțeleagă că nu este înțelept să exploateze vreodată această conștiință. Nu trebuie niciodată să facem în mod intenționat un copil să se simtă rău, vinovat sau rușinat pentru a-l face să fie bun. Abuzul de conștiință de atașament evocă nesiguranțe profunde în

copil și îl poate determina să o închidă imediat de teama să nu fie rănit. Consecințele nu valorează niciun câștig pe termen scurt în obiectivele comportamentale.

Conștiința atașamentului poate deveni disfuncțională din alte motive decât orientarea către semeni, dar cea mai comună cauză pentru care acesta servește un scop greșit este ca ea să devină înclinată către colegi și departe de părinți. În această împrejurare, conștiința este încă operațională, dar scopul ei firesc este subminat. Urmează două consecințe nedorite. Părinții pierd ajutorul acestei conștiințe în influențarea comportamentului copiilor lor și, în același timp, conștiința atașamentului este resetată pentru a servi relațiile cu semeni. Dacă suntem șocați de schimbările comportamentale care apar în urma orientării către semeni, este pentru că ceea ce este acceptabil pentru semeni este foarte diferit de ceea ce este acceptabil pentru părinți. De asemenea, ceea ce înstrăinează semenii este departe de ceea ce înstrăinează părinții. Conștiința atașamentului servește unui nou maestru.

Când un copil încearcă să-și găsească favoarea semenilor în loc de părinți, motivația de a fi bun pentru părinți scade semnificativ. Dacă valorile semenilor diferă de cele ale părinților, comportamentul copilului se va schimba în mod corespunzător. Această schimbare de comportament dezvăluie că valorile părinților nu au fost niciodată cu adevărat interiorizate, făcute cu adevărat proprii copilului. Ei au funcționat mai ales ca instrumente de a găsi favoarea.

Copiii nu interiorizează valorile – le fac propriile lor – până la adolescență. Astfel, schimbările în comportamentul unui copil orientat spre egali nu înseamnă că valorile lui s-au schimbat, ci doar că direcția instinctului său de atașament și-a schimbat cursul. Valorile parentale, cum ar fi studiul, munca pentru atingerea unui scop, căutarea excelenței, respectul pentru societate, realizarea potențialului, dezvoltarea talentului, urmărirea unei pasiuni, aprecierea culturii sunt adesea înlocuite cu valori de la egal la egal, care sunt mult mai mult. imediat și pe termen scurt. Aspectul, divertismentul, loialitatea colegilor, petrecerea timpului împreună, integrarea în subcultură și înțelegerea reciprocă vor fi apreciate mai

presus de educație și de realizarea potențialului personal. Părinții se găsesc adesea să se ceartă despre valori, fără să-și dea seama că pentru copiii lor orientați spre egali valorile nu sunt altceva decât standardele pe care ei, copiii, trebuie să le îndeplinească pentru a câștiga acceptarea grupului de egali.

Așa că se întâmplă că ne pierdem influența tocmai în momentul din viața copiilor noștri când este cel mai potrivit și necesar să le articulăm valorile și să încurajăm interiorizarea a ceea ce credem. Cultivarea valorilor necesită timp și discurs. . Orientarea către egali îi fură părinților de această oportunitate. În acest fel, orientarea către semeni oprește dezvoltarea morală.

Impulsul de a fi rău este reversul dorinței de a fi bun. Pentru a indica că așa și așa ne-ar face plăcere sau că ceva ce a făcut copilul nostru ne-a făcut mândri sau fericiți poate de fapt să se întoarcă. Natura bipolară a atașamentului, discutată în capitolul 2, este de așa natură încât atunci când aspectul negativ este activ, poate provoca un comportament opus celui dorit. Acest lucru a fost cu siguranță adevărat pentru Melanie și mama ei. Când un copil se opune contactului cu noi în loc să dorească să fie pe plac, instinctele sunt de a respinge și de a irita. Melanie a făcut tot posibilul să-și enerveze mama. Poate părea că copilul orientat spre colegi încearcă să ne apasă butoanele și, într-un fel, acest lucru este foarte adevărat, cu excepția faptului că este instinctiv și neintenționat. Creaturile atasamentului sunt creaturi ale instinctului si impulsului. Nu se simte bine, nici corect sau potrivit să cauți favoarea în ochii celor de care caută distanța. Când cauți aprobarea semenilor tăi, este aproape insuportabil să găsești favoarea adulților.

Un ultim avertisment. Dorința unui copil de a fi bun pentru părinte este o motivație puternică care face parentalitatea mult mai ușoară. Este nevoie de îngrijire atentă și încredere. Este o încălcare a relației să nu crezi în dorința copilului atunci când aceasta există de fapt, de exemplu să-l acuzi pe copil că adăpostește intenții rele atunci când îi dezaprobăm comportamentul. Asemenea acuzații pot declanșa cu

ușurință apărarea copilului, pot dăuna relației și o pot face să se simtă rea. De asemenea, este prea riscant ca copilul să continue să-și dorească să fie bun pentru un părinte sau un profesor care nu are încredere în intenția ei de a fi bun și crede, așadar, că ea, copilul, trebuie să fie tentată cu mită sau amenințată cu sancțiuni. Este un cerc vicios. Motivatorii externi pentru comportament, cum ar fi recompensele și pedepsele, pot distruge prețioasa motivație internă de a fi bun, făcând ca pârghia prin astfel de mijloace artificiale să fie necesară în mod implicit. Ca investiție în educația ușoară a părinților, încrederea în dorința unui copil de a fi bun pentru noi este una dintre cele mai bune.

Multe metode actuale de management al comportamentului, bazându-se pe motivații impuse din exterior, scapă dur peste această unitate delicată. Doctrina așa-numitelor consecințe naturale este un exemplu. Această metodă de disciplinare este menită să impresioneze copilului că anumite comportamente greșite vor fi supuse unor sancțiuni specifice alese de părinte, conform logicii care are sens în mintea părintelui, dar rareori în mintea copilului. Ceea ce părintele vede ca fiind natural este experimentat de copil ca fiind arbitrar. Dacă consecințele sunt cu adevărat naturale, de ce trebuie să fie impuse copilului?

Unii părinți percep încrederea ca având legătură cu rezultatul final, nu cu motivația de bază. În ochii lor, încrederea este ceva ce trebuie câștigat mai degrabă decât o investiție care trebuie făcută. „Cum pot să am încredere în tine”, pot spune ei, „dacă nu faci ceea ce ai spus că vei face sau dacă m-ai mințit?” Chiar dacă un copil nu a fost niciodată capabil să se ridice la înălțimea așteptărilor noastre sau să-și realizeze propriile intenții, ar fi totuși important să avem încredere în dorința lui de a fi bun pentru noi. A retrage această încredere înseamnă a-i scoate vântul din pânze și a-l răni profund. Dacă dorința de a fi bun pentru noi nu este prețuită și hrănită, copilul își va pierde motivația de a continua să încerce să se ridice la măsură. Dorința copiilor de a fi buni pentru noi este cea care ne justifică încrederea, nu capacitatea lor de a îndeplini așteptările noastre.

6 CONTRAVOINTA: DE CE COPIIII DEVIN NESOBEDIENTI

„TU NU EȚI șeful MEU”, le spunea deodată Kirsten, în vârstă de șapte ani, părinților ei nedumeriți, ori de câte ori aceștia îi cereau cooperarea. Sean, în vârstă de nouă ani și, de asemenea, din ce în ce mai recalcitrant, a lipit pe ușa lui un panou mare și interzis. Comunicarea adolescenței Melanie cu părinții ei s-a redus la ceva mai mult decât gesturi de sfidare: o expresie îmbufnată, o ridicare din umeri sau un zâmbet care devenea cu atât mai disprețuitor cu cât tatăl ei dădea ordine furioase, dar ineficiente, de a „șterge acel zâmbet de pe față. ”

După cum am arătat în capitolul anterior, odată ce copiii noștri devin orientați spre colegi, atașamentul se întoarce împotriva noastră și ne pierdem puterea de a părinți. Cu aceste două lovituri împotriva lor, părinții lui Kirsten, Melanie și Sean treceau deja o perioadă grea, dar povestea nu se termină aici. Există un alt instinct care, atunci când este denaturat de orientarea către semeni, face ravagii în relația părinte-copil și face viața mizerabilă oricărui adult la conducere. A fost supranumit „contravoința” de către un psiholog austriac perspicace pe nume Otto Rank.

Contravoința este o rezistență instinctivă, automată, la orice sentiment de a fi forțat. Se declanșează ori de câte ori o persoană se simte controlată sau presată să facă licitația altcuiva. Își face cea mai dramatică apariție în cel de-al doilea an de viață - da, așa-zișii doi îngrozitori. (Dacă copiii de doi ani ar putea alcătui astfel de etichete, poate că și-ar descrie părinții ca trecând prin „treizeci îngrozitori.”) Contravoința reapare cu răzbunare în timpul adolescenței, dar poate fi activată la orice vârstă – mulți adulți îl experimentează.

În prima parte a secolului al XX-lea, Rank observase deja că a face față cu contravoința era cea mai descurajantă provocare a părinților. El scria într-o perioadă în care, în general, atașamentele copiilor erau încă aliniate față de adulți. Deci nu este nimic anormal în contravoința la un copil, dar, așa cum voi explica pe scurt, a devenit anormal de amplificat sub influența orientării la egal la egal.

Nimănui nu-i place să fie împins, inclusiv copiii – sau mai corect, mai ales copiii. Deși suntem cu toții destul de conștienți de acest răspuns instinctiv din noi înșine, îl trecem cumva cu vederea atunci când avem de-a face cu tinerii noștri. Înțelegerea contravoinței poate salva un părinte multă confuzie și conflict inutil, în special atunci când vine vorba de a înțelege atitudinile și comportamentul unui copil orientat spre egali.

Contravoința se manifestă în mii de moduri. Poate apărea ca numărul reactiv al copilului mic, „Tu nu ești șeful meu" al copilului mic, ca neclintire atunci când este grăbit, ca neascultare sau sfidare. Este vizibil în limbajul corpului adolescentului. Contravoința se exprimă și prin pasivitate, prin amânare sau prin a face opusul a ceea ce se așteaptă. Poate apărea ca lene sau lipsă de motivație. Poate fi comunicată prin negativitate, belicositate sau argumentatie, adesea interpretată de adulți ca insolență. La mulți copii mânați de contravoință putem observa o fascinație pentru încălcarea tabuurilor și adoptarea de atitudini antisociale. Indiferent cum arată, dinamica subiacentă este simplă – rezistența instinctivă la a fi forțat.

Simplitatea dinamicii este în contrast puternic cu multitudinea și complexitatea problemelor pe care le creează — pentru părinți, pentru profesori și pentru oricine are de-a face cu copiii. Însuși faptul că ceva este important pentru noi îi poate face pe copiii noștri să simtă mai puțin chef să facă asta. Cu cât ne presăm mai mult pe copiii noștri să-și mănânce legumele, să-și curețe camerele, să se spele pe dinți, să-și facă temele, să-și aibă grijă de maniere sau să se înțeleagă cu frații lor, cu atât sunt mai puțin înclinați să se conformeze. Cu cât le poruncim mai insistent să nu mănânce junk food, cu atât sunt mai înclinați să o facă. „De fiecare dată când îmi spui să-mi mănânc verdeața, îmi vine mai puțin să o fac", i-a spus

tatălui său un tânăr de paisprezece ani. Cu cât suntem mai clari cu privire la așteptările noastre, cu atât ei devin mai concentrați în sfidarea lor. Toate acestea pot fi adevărate chiar și în cele mai normale și firești circumstanțe - adică atunci când copiii sunt bine atașați de adulții însărcinați cu îngrijirea lor. Atunci când copiii nu se atașează în mod activ de cei responsabili pentru ei, ei vor experimenta eforturile adulților de a-și menține autoritatea ca „șef". Prin deplasarea atașamentelor naturale ale copilului, orientarea către semeni mărește rezistența fără nicio măsură. Instinctul de contravoință poate scăpa de sub control.

CONTRAVOINȚA CREȘTE PE CARE ATAȘAMENTUL SE SCADĂ

Rezistența umană de bază la constrângere este de obicei temperată, dacă nu anticipată, de atașament. Și asta știm din propria noastră experiență: atunci când suntem îndrăgostiți, aproape nicio așteptare din partea persoanei iubite pare nerezonabilă. Este mult mai probabil să refuzăm cerințele cuiva cu care nu ne simțim conectați. Un copil care vrea să fie aproape de noi va primi probabil așteptările noastre ca o oportunitate de a se măsura. Indicii despre cum să fie și ce să facă îl ajută pe un astfel de copil să găsească favoarea în ochii părinților.

Divorțat de dinamica atașamentului, este într-adevăr o altă poveste, mai ales pentru cei care nu sunt suficient de maturi pentru a-și cunoaște propriile minți. Asteptarile sunt acum o sursa de presiune. Să ți se spună ce să faci înseamnă să te simți împins. A asculta înseamnă a simți că cineva a capitulat. Chiar și adulții relativ maturi pot reacționa astfel, darămite copilul în curs de dezvoltare. A da o poruncă unui preșcolar cu care nu are o relație înseamnă a invita să fie sfidat sau, în cel mai bun caz, să fie ignorat. Cel mic nu are nicio înclinație să asculte de cineva cu care nu se simte conectat. Pur și simplu nu se simte corect să se îndeplinească porunca unor străini, cei din afara cercului de atașamente al copilului.

Pentru adolescenții imaturi, dinamica este exact aceeași, chiar dacă modurile lor de a o exprima s-ar putea să nu fie la fel de drăguț

de inocent. În situațiile în care li se spune în mod obișnuit ce să facă de către persoane de care nu sunt atașați, contravoința poate deveni cu ușurință înrădăcinată ca răspunsul lor fundamental la lumea adultă. O tânără de paisprezece ani, extrem de orientată spre colegi, care fusese trimisă la un internat pentru că contravoința o făcuse incontrolabilă, a ajuns să fie dat afară din școală din același motiv. Am întrebat de ce a comis unele dintre actele atroce care i-au fost atribuite. Răspunsul ei a fost o ridicare din umeri și o chestiune de fapt „pentru că nu trebuia să facem". Acest imperativ i s-a părut atât de evident, încât, în percepția ei, întrebarea mea abia merita să primească un răspuns.

Întrebați ce contează cel mai mult pentru ei, copiii orientați spre egali și contra-voința răspund adesea: „Pentru a nu lăsa pe nimeni să ne împingă". Atât de răspândită și de severă este contravoința lor, încât pentru adulți par incorigibili și imposibil de gestionat. Clinicienii diagnostichează astfel de copii cu tulburare de opoziție sfidătoare. Cu toate acestea, nu opoziționalitatea – contravoința – este în dezordine, ci atașamentele copilului. Acești copii sunt doar fideli instinctului lor de a sfida oamenii cu care nu se simt conectați. Cu cât un copil este mai orientat către colegi, cu atât este mai rezistent față de adulții responsabili. Ceea ce etichetăm drept tulburări de comportament la copiii individuali sunt într-adevăr semne ale unei disfuncții societale.

Instinctul de contravoință zboară în fața noțiunilor noastre despre cum ar trebui să fie copiii. Operăm sub impresia că copiii ar trebui să fie universal receptivi la îndrumările adulților responsabili. Copiii sunt în mod natural conformatori în regulă, dar numai în contextul conexiunii și numai atunci când puterea atașamentului este suficientă.

Subminând atașamentul copilului față de părinți, orientarea către semeni întoarce instinctul de contravoință împotriva persoanelor pe care copilul ar trebui să-i caute pentru îndrumare și îndrumare. Copiii orientați spre egali rezistă instinctiv chiar și a așteptărilor cele mai rezonabile ale părinților. Ei se opun, „lucrează pentru a

guverna”, contrazice, nu sunt de acord sau fac opusul a ceea ce se dorește.

Părinții nici măcar nu trebuie să spună nimic pentru a provoca contravoința la un copil orientat spre egali. Dacă cineva ne poate citi gândurile cu privire la ceea ce ne-am dori să facă, aceia sunt copiii noștri. Când noi, părinții, suntem înlocuiți de semeni, această cunoaștere a voinței noastre nu dispare. Ceea ce dispare este atașamentul față de noi care ne-ar face voința plăcută. Dorința de a se conforma este înlocuită cu opusul ei. Fără un singur cuvânt din partea părintelui, copilul orientat spre egali se va simți impus, presat sau manipulat.

La baza dificultăților cu care se confruntă părinții lui Kirsten, Sean și Melanie s-a aflat această contravoință dinamică, distorsionată și amplificată de orientarea semenilor. Cererile simple au avut ca rezultat ca acești copii să-și ia spatele. Push a venit să împingă. Așteptările s-au întors. Cu cât ceva era mai important pentru părinți, cu atât copiii erau mai puțin înclinați să nască. Cu cât tatăl lui Melanie încerca să fie mai comandant, cu atât fiica lui devenea mai rebelă. Nu a fost atât de mult faptul că părinții făceau ceva rău, ci faptul că instinctul de contravoință al copiilor lor a devenit omniprezent – și chiar pervers – prin orientarea către semeni.

SCOPUL NATURAL AL CONTRAVOInței

Oricât de supărător poate fi adulți a face față unui copil opozițional, în contextul său adecvat, contravoința, ca toate instinctele naturale din cadrul lor natural, există într-un scop pozitiv și chiar necesar. Îndeplinește o dublă funcție de dezvoltare. Rolul său principal este de apărare care respinge comenzile și influența celor din afara cercului de atașament al copilului. Protejează copilul de a fi indus în eroare și constrâns de străini.

Contravoința favorizează, de asemenea, creșterea voinței și autonomiei interne a tânărului. Cu toții începem viața complet neputincioși și dependenți, dar rezultatul dezvoltării naturale este

maturizarea unui individ auto-motivat și autoreglat, cu o voință proprie reală. Tranziția lungă de la copilărie la maturitate începe cu mișcările tentative ale copilului foarte mic către separarea de părinți. Contravoința apare mai întâi la copilul mic pentru a ajuta la acea sarcină de individuare. În esență, copilul ridică un zid de nu. În spatele acestui zid, copilul își poate învăța treptat ce-i place și antipatiile, aversiunile și preferințele, fără a fi copleșit de voința mult mai puternică a părintelui. Contravoința poate fi asemănată cu gardul mic pe care îl punem în jurul unui gazon nou plantat pentru a-l proteja împotriva călcării. Din cauza tandreței și tentativității noii creșteri emergente, trebuie să existe o barieră de protecție până când propriile idei, semnificații, inițiative și perspective ale copilului sunt suficient de înrădăcinate și suficient de puternice pentru a fi călcate în picioare fără a fi distruse. Fără acel gard de protecție, voința incipientă a copilului nu poate supraviețui. În adolescență, contravoința servește aceluiași scop, ajutându-l pe tânăr să-și slăbească dependența psihologică de familie. Vine într-un moment în care sentimentul de sine trebuie să iasă din coconul familiei. Să ne dăm seama ce vrem trebuie să începem cu libertatea de a nu dori. Menținând așteptările și cerințele părintelui, contravoința ajută la creșterea propriilor motivații și înclinații autogenerate ale copilului. Astfel, contravoința este o dinamică umană normală care există la toți copiii, chiar și la cei atașați corespunzător.

Pentru majoritatea copiilor bine atașați, contravoința rămâne o experiență repetată, dar trecătoare. Acesta va fi limitat la situațiile în care forța pe care adultul o aplică pentru a aduce copilul în linie este mai mare decât puterea de atașament pe care o posedă adultul în acea situație dată. Unele astfel de momente sunt inevitabile în parenting. Părintele înțelept și intuitiv îi va menține la minimum necesar, în momente în care circumstanțele sau bunăstarea copilului cer ca părintele să-și impună deschis voința. Dacă suntem inconștienți atât de dinamica atașamentului, cât și de cea a contravoinței, este posibil să nu fim sensibili la locul în care se află

pragul dintre cele două. O traversăm din neatenție chiar și atunci când nu există nicio chemare să o facem.

Putem crede, de exemplu, că copilul nostru este încăpățânat sau voinic și că trebuie să-l rupem de căile lui sfidătoare. Cu toate acestea, cu greu se poate spune că copiii mici au voință, dacă prin aceasta se înțelege capacitatea unei persoane de a ști ce își dorește și de a se ține de acel obiectiv în ciuda eșecurilor sau a distragerilor. „Dar copilul meu este voinic", insistă mulți părinți. „Când decide că vrea ceva, el continuă până când nu pot spune nu sau până mă enervez foarte tare." Ceea ce se descrie cu adevărat aici nu este voința, ci o agățare rigidă și obsesivă de cutare sau cutare dorință. O obsesie poate să semene cu voința în persistența ei, dar nu are nimic în comun cu ea. Puterea lui vine din inconștient și conduce individul, în timp ce o persoană cu adevărată voință este stăpână asupra intențiilor sale. Opoziționalitatea copilului nu este o expresie a voinței. Ceea ce denotă este absența voinței, care permite unei persoane doar să reacționeze, dar nu să acționeze dintr-un proces liber și conștient de alegere.

Este obișnuit să se confunde contravoința cu puterea din partea copilului, ca încercare intenționată a copilului de a-și ajunge pe propria cale. Ceea ce este puternic este reacția defensivă, nu copilul. Cu cât voința este mai slabă, cu atât contravoința este mai puternică. Dacă copilul ar fi într-adevăr puternic în sine, ea nu ar fi atât de amenințată de părinte. În loc să fie cel care face împingerea, copilul este cel care se simte împins. Nebunia ei nu vine din independența reală, ci din lipsa acesteia.

Contravoința i se întâmplă copilului mai degrabă decât să fie instigată de ea. Poate lua copilul prin surprindere la fel de mult ca și părintele și este într-adevăr manifestarea unui principiu universal, că pentru fiecare forță există o contraforță. Vedem aceeași lege în fizică, unde, de exemplu, pentru fiecare forță centripetă trebuie să existe una centrifugă. Deoarece contravoința este o contraforță, o invităm să existe de fiecare dată când dorința noastră de a impune ceva copilului nostru depășește dorința lui de a se conecta cu noi.

Cel mai bun motiv pentru ca copiii să experimenteze contravoința este atunci când aceasta apare nu ca opoziție automată, ci ca un impuls sănătos pentru independență. Copilul va rezista sa fie ajutat pentru a o face singur; va rezista să i se spună ce să facă pentru a-și găsi propriile motive pentru a face lucrurile. Ea va rezista direcției pentru a-și găsi propria cale; să-și descopere propria minte, să-și găsească propriul impuls și inițiativă. Copilul va rezista „trebuierilor" părintelui pentru a-și descoperi propriile preferințe. Dar, după cum voi explica, această schimbare către o independență autentică se poate întâmpla numai atunci când un copil este absolut sigur în atașamentul său față de adulții din viața sa (vezi capitolul 9).

Un copil de cinci ani, întemeiat în relația sa cu părinții săi, ar putea reacționa la o declarație de tip „cerul este albastru", replicând categoric că nu este așa. Părintelui i se poate părea că copilul este în mod flagrant contrariu sau încearcă să fie dificil. În realitate, creierul copilului pur și simplu blochează orice idei sau gânduri care nu au apărut în el. Orice lucru străin îi este rezistat pentru a-i face loc să vină cu propriile idei. Conținutul final va fi cel mai probabil același – cerul este albastru – dar când vine vorba de a fi propria persoană, originalitatea este ceea ce contează.

Când contravoința servește căutării autonomiei, funcționează la fel ca un sistem imunitar psihologic, reacționând defensiv la orice nu are originea în copil. Atâta timp cât părintele face loc pentru ca copilul să devină propria lui persoană și își hrănește nevoia de autonomie, precum și de atașament, se vor face progrese în dezvoltare. Chiar și această contravoință poate să nu fie ușor de gestionat, așa cum a subliniat Otto Rank, dar nu este omniprezentă – nu denaturează majoritatea interacțiunilor copilului nostru cu noi – și, cu siguranță, este acolo pentru un scop bun. Acesta servește agenda de dezvoltare finală a independenței mature.

Dacă dezvoltarea se desfășoară în mod optim și copilul face progrese în a deveni propria sa persoană, nevoia de atașament scade. Pe măsură ce o face, copilul care se maturizează va fi și mai sensibil la constrângere și chiar mai puțin susceptibil de a fi

stăpânit. Un astfel de copil se va simți înjosit atunci când este tratat ca și cum nu ar avea propriile gânduri și opinii, limite, valori și scopuri, decizii și aspirații. Ea va rezista ferm atunci când nu este recunoscută ca o persoană separată. Din nou, acesta este un lucru bun. Contravoința servește scopului de a proteja copilul împotriva devenirii unei extensii a oricui altcuiva, chiar și a părintelui. Ajută la furnizarea unei ființe autonome, emergente, independente, plină de vitalitate și capabilă să funcționeze în afara atașamentelor.

Pe măsură ce independența reală se dezvoltă și are loc maturizarea, contravoința dispare. Odată cu maturizarea, ființele umane câștigă capacitatea de a îndura emoții amestecate. Ei se pot afla în stări de spirit conflictuale în același timp: dorind să fie independenți, dar și angajați să păstreze relația de atașament. În cele din urmă, persoana cu adevărat matură, cu o voință proprie autentică, nu trebuie să monteze o opoziție automată față de voința altuia: își poate permite să-l bage în seamă pe celălalt atunci când are sens să facă acest lucru, sau să meargă pe propriul drum atunci când nu o face. .

FALSA INDEPENDENȚĂ A COPILULUI ORIENTAT ȘI SEMENI

Ca întotdeauna, orientarea către colegi aruncă o cheie de maimuță în modelul natural de dezvoltare. În loc să slujească autonomiei, contravoința susține doar scopul mai primitiv de a împiedica copilul să fie stăpânit de cei cu care nu își dorește să fie aproape. Pentru copiii orientați spre egali, acești oameni suntem noi - părinții și profesorii lor. În loc să pregătească calea către o independență autentică, contravoința protejează dependența de semeni. Și iată ironia supremă: o dinamică care a servit inițial să creeze spațiu pentru funcționarea independentă vine, sub influența orientării către semeni, să distrugă însăși baza independenței - relația sănătoasă a copilului cu părintele.

În societatea noastră, o astfel de contravoință distorsionată de egali este adesea confundată cu un lucru real, cu omul sănătos care luptă pentru autonomie. Presupunem că reacțiile de opoziție ale adolescentului orientat spre egali reprezintă rebeliunea naturală a

adolescenților. Este ușor să le confundați pe cele două. Există semnele obișnuite de rezistență: răspunsul, refuzul de a coopera, certurile neîncetate, nerespectarea, bătăliile teritoriale, baricadele ridicate pentru a-i ține pe părinți afară, atitudinile antisociale, neputința-control- mesajele mele. Contravoința în slujba atașamentului de la egal la egal, totuși, este foarte diferită de contravoința naturală care susține adevărata independență. La un copil aflat la maturitate, dorința de atașament și căutarea autonomiei se amestecă, creând o mulțime de sentimente amestecate. Momentele de contra-voință mai reactivă sunt echilibrate de perioadele de căutare a apropierii. Atunci când contravoința este rezultatul orientării către egali, rezistența este mai flagrantă și neatenuată de orice mișcare către apropierea părinților. Copilul este rareori conștient de impulsuri conflictuale – atracția este într-un singur sens, către semeni.

Există o modalitate sigură de a distinge contravoința distorsionată de semeni de dorința autentică pentru autonomie: copilul care se maturizează și se individualizează rezistă constrângerii, indiferent de sursă, inclusiv presiunii din partea semenilor. În rebeliunea sănătoasă, adevărata independență este scopul. Nu se caută libertatea de la o persoană doar pentru a ceda influenței și voinței alteia. Când contravoința este rezultatul atașamentelor distorsionate, libertatea pentru care se străduiește copilul nu este libertatea de a fi adevăratul său sine, ci oportunitatea de a se conforma semenilor săi. Pentru a face acest lucru, el își va suprima propriile sentimente și își va camufla propriile opinii, dacă acestea diferă de cele ale semenilor săi.

Spunem oare că s-ar putea să nu fie firesc, de exemplu, ca un adolescent să dorească să stea până târziu cu prietenii săi? Nu, adolescentul poate dori să iasă cu prietenii săi nu pentru că este condus de orientarea către egali, ci pur și simplu pentru că, uneori, acesta este ceea ce are chef să facă. Întrebarea este dacă este dispus să discute problema cu părinții săi? El respectă perspectiva lor? Este capabil să spună nu prietenilor săi atunci când are alte responsabilități sau evenimente de familie sau când pur și simplu

preferă să fie singur? Adolescentul orientat spre egali nu va suporta niciun obstacol și experimentează o frustrare intensă atunci când nevoia lui de contact cu semenii este dejucat. El este incapabil să se afirme în fața așteptărilor colegilor și, în mod proporțional, va resimți și se va opune dorințelor părinților săi.

Adulții care interpretează greșit această formă primitivă și pervertită de contravoință ca o afirmare de sine sănătoasă a adolescenților se pot retrage prematur de la rolul de părinte. Deși este înțelept să le oferim adolescenților spațiu pentru a fi ei înșiși, pentru a le permite să învețe din propriile greșeli, mulți părinți doar aruncă prosopul. Din pură exasperare sau frustrare, de obicei neanunțată și fără ceremonie, se retrag totuși. A renunța prematur, totuși, înseamnă a abandona fără să vrea un copil care încă are mare nevoie de noi, dar care nu știe că are. Dacă am vedea acești adolescenți orientați spre egali drept dependenții pe care sunt cu adevărat și am realiza cât de mult au nevoie de educația noastră parentală, am fi hotărâți să ne recâștigăm puterea parentală. Ar trebui să atragem astfel de copii de la semenii lor.

MITUL COPILULUI OMNIPOTENT

O altă greșeală este să interpretăm opoziția copilului ca un joc de putere sau ca luptă pentru omnipotență.* Este de înțeles, atunci când simțim o lipsă de putere, să proiectăm asupra copilului o voință de putere. Dacă nu sunt în control, copilul trebuie să fie; dacă eu nu am puterea, copilul trebuie să o aibă; dacă nu sunt pe scaunul șoferului, copilul trebuie să fie. În loc să-mi asum responsabilitatea pentru propriul sentiment de slăbiciune, văd copilul ca luptă pentru control. În extremă, chiar și bebelușii pot fi văzuți că au toată puterea: să-și controleze programele, să-și saboteze planurile, să-și jefuiască somnul, să-și conducă adăpostul.

Problema cu a ne vedea copiii ca având putere este că ne lipsește cât de mult au nevoie cu adevărat de noi. Chiar dacă un copil încearcă să ne controleze, el o face din nevoia și dependența de noi pentru a face lucrurile să funcționeze. Dacă ar fi cu adevărat puternic, nu ar avea nevoie să ne facă să-i facem poruncile.

Confruntați cu un copil pe care îl percep ca solicitant, unii părinți devin defensivi și se mută pentru a se proteja. În calitate de adulți, reacționăm la sentimentele de a fi constrânși la fel ca copiii: renunțați, împotriviți, ne opunem și contracarăm. Propria noastră contravoință este provocată, ceea ce duce la o luptă pentru putere cu copiii noștri care devine într-adevăr mai mult o bătălie a contravoinței decât o Luare a contravoinței pentru o demonstrație de forță atât declanșează cât și justifică utilizarea forței psihologice. Ne străduim să întâlnim puterea percepută cu puterea. Comportamentul nostru se umflă, vocile noastre se ridică și creștem antetul cu orice pârghie putem comanda. Cu cât forța pe care o impunem este mai mare, cu atât mai multă contravoință va provoca reacția noastră. În cazul în care reacția noastră declanșează anxietatea, care servește drept alarma psihologică a copilului că un atașament important este amenințat, păstrarea apropierii va deveni scopul ei principal. Copilul speriat se va grăbi să ne revanșeze și să revină în bunătatea noastră. Putem crede că ne-am atins obiectivul de „comportare bună", dar o astfel de capitulare nu este fără costuri. Relația va fi slăbită de nesiguranța cauzată de furia și amenințările noastre. Cu cât folosim mai multă forță, cu atât mai multă uzură a relației. Cu cât relația devine mai slabă, cu atât suntem mai predispuși să fim înlocuiți – în zilele noastre, cel mai adesea de către colegi. Nu numai că orientarea către egali este o cauză majoră a contravoinței, dar reacțiile noastre la contravoință pot stimula orientarea către egali.

DE CE FORȚA ȘI MANIPULAREA ÎNCĂ RECUL

Este instinctiv, atunci când se confruntă cu o putere insuficientă pentru sarcina în cauză, fie că este vorba de mișcarea unei pietre sau de mutarea unui copil, să cauți o pârghie. Eforturile părinților de a obține un efect de pârghie iau, în general, două forme: mită sau constrângere. Dacă o direcție simplă precum „Aș dori să puneți masa" nu funcționează, putem adăuga un stimulent, de exemplu, „Dacă îmi așezați masa, vă voi lăsa să aveți desertul preferat. " Sau dacă nu este suficient să-i amintim copilului că este timpul să-și facă

temele, putem amenința că îi retragem un anumit privilegiu. Sau putem adăuga un ton coercitiv vocii noastre sau putem să ne asumăm un comportament mai autoritar. Căutarea pârghiei este fără sfârșit: sancțiuni, recompense, abrogarea privilegiilor; interzicerea timpului de calculator, jucăriilor sau alocației; separarea de părinte sau separarea de prieteni; limitarea sau desființarea timpului de televiziune, a privilegiilor de mașină și așa mai departe. Nu este neobișnuit să auzi pe cineva plângându-se că a rămas fără idei pentru ceea ce ar mai rămâne de luat copilului.

Pe măsură ce puterea noastră de a părinți scade, preocuparea noastră față de pârghie crește. Eufemismele abundă: mita sunt denumite în mod diferit recompense, stimulente și întăriri pozitive; amenințările și pedepsele sunt rebotezate avertismente, consecințe naturale și întăriri negative; aplicarea forței psihologice este adesea menționată ca modificarea comportamentului sau predarea unei lecții. Aceste eufemisme camuflează încercările de a motiva copilul prin presiune externă, deoarece motivația sa intrinsecă este considerată inadecvată. Atașamentul este firesc și apare din interior; pârghia este concepută și impusă din exterior. În orice alt domeniu, am vedea folosirea pârghiei ca o manipulare. În parenting, astfel de mijloace de a determina un copil să ne urmeze voința au devenit îmbrățișate de mulți ca fiind normale și adecvate.

Toate încercările de a folosi pârghia pentru a motiva un copil implică utilizarea forței psihologice, fie că folosim forța „pozitivă” ca în recompense sau forța „negativă” ca în pedepse. Aplicăm forța ori de câte ori facem schimb cu plăcerile unui copil sau când exploatăm antipatiile și nesiguranța copilului pentru a-l determina să facă voia noastră. Apelăm la pârghie atunci când nu avem nimic altceva cu care să lucrăm – fără motivație intrinsecă de a atinge, fără atașament pe care să ne sprijinim. Asemenea tactici, dacă vor fi folosite vreodată, ar trebui să fie o ultimă soluție, nu primul nostru răspuns și cu siguranță nu modul nostru de operare. Din păcate, atunci când copiii devin orientați spre egali, noi, ca părinți, suntem mânați să căutăm un efect de pârghie în disperare.

Manipularea, fie sub formă de recompense sau pedepse, poate reuși să-l determine pe copil să se conformeze temporar, dar nu putem prin această metodă să facem ca comportamentul dorit să devină parte din personalitatea intrinsecă a oricui. Fie că este vorba de a-ți mulțumi sau de a-ți cere scuze, de a împărtăși cu altcineva, de a crea un cadou sau de un card, de a curăța o cameră, de a fi recunoscător, de a-ți face temele sau de a exersa pianul, cu atât comportamentul a fost mai constrâns, cu atât este mai puțin probabil să apară voluntar. Și cu cât comportamentul apare mai puțin spontan, cu atât părinții și profesorii sunt mai înclinați să creeze o pârghie. Astfel începe un ciclu în spirală de forță și contravoință care necesită folosirea din ce în ce mai multă pârghie. Adevărata bază de putere pentru părinți este erodata.

O mulțime de dovezi atât în laborator, cât și în viața reală atestă puterea contravoinței de a sabota obiectivele comportamentale superficiale urmărite prin intermediul forței sau manipulării psihologice. Un experiment anume a implicat copii preșcolari cărora le plăcea să se joace cu Markere Magice. Acești copii au fost împărțiți în diferite grupuri: unui grup i s-a promis un certificat atractiv dacă foloseau markerele; unui grup nu i s-a promis nimic, dar a fost recompensat pentru utilizarea markerilor cu același certificat; unui grup nu i s-a promis nici o recompensă. Când au fost testate câteva săptămâni mai târziu, dar fără să fie menționate nicio recompensă, cele două grupuri în care a fost folosită constrângere pozitivă au fost mult mai puțin înclinate să se joace cu Magic Markers. Instinctul de contravoință a asigurat că folosirea forței se va întoarce înapoi. Într-un experiment similar, psihologul Edward Deci a observat comportamentul a două grupuri de studenți față de un joc puzzle de care fuseseră inițial cu toții la fel de intrigați. Un grup urma să primească o recompensă bănească de fiecare dată când se rezolva un puzzle; celuilalt nu a primit niciun stimulent extern. Odată ce plățile au încetat, grupul plătit s-a dovedit mult mai probabil să abandoneze jocul decât omologii lor neplătiți. „Recompensele pot crește probabilitatea comportamentelor”, scrie

dr. Deci, „dar numai atâta timp cât recompensele continuă să vină. Opriți plata, opriți jocul.”

Este ușor să interpretezi greșit contravoința copilului ca un impuls de putere. Poate că nu vom fi niciodată pe deplin controlați asupra circumstanțelor noastre, dar să creștem copiii și să le facem față contra-voinței în fiecare zi înseamnă a ne duce neputința acasă la noi în mod constant. În societatea actuală, nu este nici surprinzător, nici neobișnuit ca părinții să se simtă tiranizați și neputincioși. Odată cu sentimentul de impotență pe care îl experimentăm atunci când atașamentele copil-adult nu sunt suficient de puternice, începem să ne vedem copiii ca fiind manipulatori, controlori și chiar puternici.

Trebuie să trecem de simptome. Dacă tot ceea ce percepem este rezistența sau insolența, vom răspunde cu furie, frustrare și forță. Trebuie să vedem că copilul reacționează doar instinctiv ori de câte ori simte că este împins și tras. Dincolo de contravoința trebuie să recunoaștem atașamentul slăbit. Sfidarea nu este esența problemei; cauza principală este orientarea de la egal la egal, care face ca contravoința să se întoarcă împotriva adulților și îi răpește scopul natural.

După cum vom discuta în partea 4, cel mai bun răspuns la contravoința unui copil este o relație parentală mai puternică și mai puțină dependență de forță.

Un psihiatru de copii a mers atât de departe încât a scris o carte intitulată Copilul omnipotent. Se referea la copii mici! bătălia voințelor. Partea tristă este că copilul își pierde părintele de care are nevoie disperată. Rezistența noastră nu face decât să multiplice cerințele copilului și să erodeze relația de atașament care este cea mai bună și singura noastră speranță.

7 PLATINAREA CULTURII

URMĂTORUL ESTE copia textuală a unui schimb, pe MSN Messenger, între doi tineri adolescenți (identitățile lor MSN sunt scrise în cursive):

apoi a spus RECTUM!! acesta este numele fiului meu spune: „hei”.

Crontasaurus și Rippitar se alătură clubului Barnyard Tai Chi spune: „sup?”

apoi a spus RECTUM!! acesta este numele fiului meu spune: "???"

Crontasaurus și Rippitar se alătură clubului Barnyard Tai Chi spune: „hei”.

apoi a spus RECTUM!! acesta este numele fiului meu spune: „sup?”

Trei trăsături ale acestui dialog electronic, destul de tipic pentru ceea ce trece drept corespondență printre adolescenții de astăzi, sunt izbitoare. În primul rând, construirea atentă a pseudonimelor identificatoare lungi și fără sens, nuanțate de batjocură și ireverență. Imaginea, nu conținutul, este ceea ce contează. În al doilea rând, prin contrast viu, contracția limbajului la monosilabe practic nearticulate. Și, în sfârșit, golul absolut a ceea ce se spune: contact fără comunicare autentică. „Hei” este salutul universal. „Sup” înlocuiește „ce se întâmplă” ca înlocuitor pentru „cum mai faci” sau „cum merge treaba” – fără invitație de a împărtăși informații de importanță reală fiecărui participant. Asemenea „conversații” pot continua și se desfășoară pe o lungă durată, fără a fi spus ceva mai

semnificativ. Este un limbaj tribal, străin pentru adulți și are scopul implicit de a face o conexiune în timp ce nu dezvăluie nimic de valoare despre sine.

„Adolescenții de astăzi sunt un trib aparte", a scris jurnalista Patricia Hersch în cartea sa din 1999 despre adolescența în America. După cum se cuvine unui trib, adolescenții au propriul lor limbaj, valori, semnificații, muzică, coduri vestimentare și semne de identificare, cum ar fi piercing-ul și tatuajele. Părinții s-ar fi putut simți în vremuri trecute ca și cum adolescenții lor ar fi scăpat de sub control, dar comportamentul tribal al adolescenților de astăzi este fără precedent. S-ar putea, de exemplu, să vedem duelurile de stradă și cearta tinerilor Capuleți și Montagues din Romeo și Julieta ca un război tribal. Și a fost, cu o diferență crucială între tinerii eroi ai lui Shakespeare și adolescenții de astăzi: personajele shakespeariane s-au identificat cu triburile - grupări familiale - ale părinților lor și și-au condus ostilitățile pe liniile de familie. Nici conflictul central al piesei nu a fost intergenerațional: tinerii îndrăgostiți nu și-au ascultat părinții, dar nu i-au respins, dorind doar să-i aducă împreună de dragul propriei iubiri unul față de celălalt. Ei au fost ajutați de adulți care îi susțineau, cum ar fi călugărul care și-a îndeplinit ceremonia secretă a căsătoriei. Triburile de adolescenți de astăzi nu au nicio legătură cu societatea adulților. În West Side Story a lui Leonard Bernstein, interpretarea americană modernă a poveștii Romeo și Julieta, bandele de adolescenți care se ceartă sunt complet izolate de lumea adulților și îi sunt amarnic ostile.

Deși ne-am liniștit să credem că această tribalizare a tineretului este un proces inofensiv, este un fenomen nou din punct de vedere istoric, cu o influență perturbatoare asupra vieții sociale. Ea stă la baza frustrarea pe care o simt mulți părinți în legătură cu incapacitatea lor de a-și transmite tradițiile copiilor.

În tribul separat în care s-au alăturat mulți dintre copiii noștri, transmiterea valorilor și a culturii curge pe orizontală, de la o persoană neînvățată și imatură la alta. Acest proces, care poate fi considerat ca o aplatizare a culturii, erodează, sub ochii noștri, unul dintre fundamentele activității sociale civilizate. Un anumit grad de

tensiune între generații este o parte naturală a dezvoltării, dar este de obicei rezolvată în moduri care permit copiilor să se maturizeze în armonie cu cultura bătrânilor lor. Tinerii se pot exprima liber, fără a uita sau a nerespecta valorile universale transmise vertical, de la o generație la alta. Nu asta vedem astăzi.

„Copiii din întreaga civilizație occidentală", a declarat nu cu mult timp în urmă un crainic MTV, „vin să arate și să se comporte mai mult ca unii cu alții decât propriii lor părinți sau bunici". Deși această declarație era de natură a unei lăudări de rețea în timpul unei emisiuni aniversare, ea conține un element de adevăr alarmant în implicațiile sale.

Transmiterea culturii asigură supraviețuirea formelor particulare date existenței și exprimării noastre ca ființe umane. Merge mult dincolo de obiceiurile, tradițiile și simbolurile noastre pentru a include modul în care ne exprimăm prin gesturi și limbaj, felul în care ne împodobim în îmbrăcăminte și decor, ce și cum și când sărbătorim. Cultura definește și ritualurile noastre în jurul contactului și conexiunii, salutărilor și rămas-bunului, apartenenței și loialității, dragostei și intimității. Esențial pentru orice cultură este mâncarea ei - cum este pregătită și mâncată mâncarea, atitudinile față de mâncare și funcțiile pe care le servește mâncarea. Muzica pe care o fac oamenii și muzica pe care o ascultă este o parte integrantă a oricărei culturi.

Transmiterea culturii este, în mod normal, o parte automată a creșterii copiilor. Pe lângă faptul că facilitează dependența, protejează împotriva stresului extern și dă naștere la independență, atașamentul este și canalul culturii. Atâta timp cât copilul se atașează în mod corespunzător de adulții responsabili, cultura se revarsă în copil. Altfel spus, copilul atașat devine spontan informat, în sensul de a absorbi formele culturale ale adultului. Potrivit lui Howard Gardner, un lider american în dezvoltare, mai mult este absorbit spontan de la părinți în primii patru ani de viață decât în timpul întregii educații formale a unei persoane la un loc.

Când atașamentul funcționează, transmiterea culturii nu necesită instruire sau predare deliberată din partea adultului sau chiar

învățare conștientă din partea copilului. Foamea copilului de conexiune și înclinația de a căuta indicii de la adulți au grijă de asta. Dacă copilul este ajutat să atingă o individualitate autentică și o independență matură a minții, transmiterea culturii de la o generație la alta nu este un proces de imitație fără minte sau de ascultare oarbă. Cultura este un vehicul pentru adevărata exprimare de sine. Înflorirea creativității individuale are loc în contextul culturii.

Când un copil devine orientat spre egali, liniile de transmisie ale civilizației sunt doborâte. Noile modele de emulat sunt alți copii sau grupuri de colegi sau cele mai recente pictograme pop. Aspectul, atitudinile, îmbrăcămintea și comportamentul se adaptează în consecință. Chiar și limbajul copiilor se schimbă – mai sărac, mai puțin articulat cu privire la observațiile și experiența lor, mai puțin expresiv în sens și nuanță.

Copiii orientați spre egali nu sunt lipsiți de cultură, dar cultura în care sunt înscriși este generată de orientarea lor către egali. Deși această cultură este difuzată prin mass-media controlată de adulți, copiii și tinerii sunt ale căror gusturi și preferințe trebuie să le satisfacă. Ei, tinerii, dețin puterea de cheltuieli care determină profiturile industriei culturale – chiar dacă veniturile părinților sunt cele care sunt eliminate în acest proces. Agenții de publicitate știu subtil bine cum să exploateze puterea imitației de la egal la egal, în timp ce își fac propunerea către grupuri din ce în ce mai tinere de clienți prin intermediul mass-media electronice. În acest fel, tineretul nostru este cel care dictează coafuri și moda, tinerii cărora muzica trebuie să-i atragă, tinerii care conduc în primul rând box office-ul. Tineretul determină icoanele culturale ale epocii noastre. Adulții care răspund așteptărilor tinerilor orientați spre egali pot controla piața și pot profita de pe urma ei, dar, în calitate de agenți ai transmiterii culturale, ei pur și simplu se mulțumesc cu gusturile culturale degradate ale copiilor deconectați de la contactul cu adulții sănătoși. Cultura de la egal la egal ia naștere de la copii și evoluează odată cu ei pe măsură ce îmbătrânesc. Din motive pe care le voi explica în partea a treia, orientarea către egali generează

agresivitate și o sexualitate nesănătoasă și precoce. Rezultatul este cultura tinerilor agresiv ostil și hipersexualizat, propagată de mass-media, la care copiii sunt deja expuși până la începutul adolescenței. Videoclipurile rock de astăzi șochează chiar și adulții care au crescut ei înșiși sub influența „revoluției sexuale”. Pe măsură ce debutul orientării către egali apare din ce în ce mai devreme, la fel apare și cultura pe care o creează. Fenomenul pop Spice Girls de la sfârșitul anilor 1990, care tremură fundul și dezvelește burtica, din momentul în care scriem aceasta o amintire care se estompează rapid, pare retrospectiv o expresie culturală nostalgic inocentă, în comparație cu idolii pop erotizați din punct de vedere pornografic, serviți preadolescentilor de astăzi.

Deși o cultură a tineretului era evidentă în anii 1950, prima manifestare evidentă și dramatică a unei culturi generate de orientarea către egali a fost contracultura hippie din anii 1960 și 1970. Teoreticianul canadian al mass-media Marshall McLuhan l-a numit „noul tribalism al erei electrice”. Părul, îmbrăcămintea și muzica au jucat un rol semnificativ în modelarea acestei culturi, dar ceea ce a definit-o mai mult decât orice a fost glorificarea atașamentului de semeni care a dat naștere acesteia. Prietenii au avut prioritate față de familie. S-au urmărit contactul fizic și legătura cu semenii; frăția tribului pop a fost declarată, ca în „națiunea Woodstock” bazată pe generații. Grupul de colegi era adevărata casă. „Nu ai încredere în nimeni de peste treizeci de ani” a devenit cuvântul de referință al tinerilor care au depășit cu mult o critică sănătoasă a bătrânilor lor, până la o respingere militantă a tradiției. Degenerarea acestei culturi în alienare și consum de droguri, pe de o parte, și cooptarea ei în scopuri comerciale de către instituțiile de masă împotriva cărora se răzvrătea erau aproape previzibile.

Înțelepciunea culturilor bine condimentate s-a acumulat de-a lungul a sute și uneori mii de ani. Culturile sănătoase conțin, de asemenea, ritualuri și obiceiuri și moduri de a face lucruri care ne protejează de noi înșine și protejează valorile importante pentru viața umană, chiar și atunci când nu suntem conștienți de care sunt

astfel de valori. O cultură evoluată trebuie să aibă ceva artă și muzică în care cineva să crească, simboluri care să transmită semnificații mai profunde existenței și modele care inspiră măreție. Cel mai important dintre toate, o cultură trebuie să-și protejeze esența și capacitatea de a se reproduce – atașamentul copiilor față de părinții lor. Cultura generată de orientarea către egali nu conține înțelepciune, nu își protejează membrii de ei înșiși, creează doar mofturi trecătoare și venerează idoli fără valoare sau sens. Simbolizează doar ego-ul nedezvoltat al tinereții calm și distruge atașamentele copil-părinte. Putem observa scăderea valorilor culturale cu fiecare nouă generație orientată spre egali. Cu toată auto-amăgirea și izolarea înmulțumită de lumea adulților, „tribul" Woodstock încă îmbrățișa valorile universale de pace, libertate și fraternitate. Adunările muzicale de masă de astăzi sunt despre puțin mai mult decât stil, ego, exuberanță tribală și dolari.

Cultura generată de orientarea către egali este sterilă în sensul strict al cuvântului: este incapabilă să se reproducă sau să transmită valori care pot servi generațiilor viitoare. Există foarte puțini hipioți din a treia generație. Oricare ar fi atracția ei nostalgică, acea cultură nu avea prea multă putere de rezistență. Cultura de la egal la egal este momentană, trecătoare și creată zilnic, o „cultură du jour", așa cum spuneam. Conținutul culturii de la egal la egal rezonează cu psihologia copiilor și adulților noștri orientați spre egali care sunt arestați în propria lor dezvoltare. Într-un sens, este norocos că cultura de la egal la egal nu poate fi transmisă generațiilor viitoare, deoarece singurul său aspect răscumpărător este că este proaspătă în fiecare deceniu. Nu edifică, nu hrănește și nici măcar nu evocă pe departe ce este mai bun din noi sau din copiii noștri.

Cultura de semeni, preocupată doar de ceea ce este la modă în acest moment, nu are orice simț al tradiției sau istoriei. Pe măsură ce orientarea către egali crește, aprecierea tinerilor față de istorie scade, chiar și față de istoria recentă. Pentru ei, prezentul și viitorul există într-un vid, fără nicio legătură cu trecutul. Implicațiile sunt alarmante pentru perspectivele oricărei decizii politice și sociale informate care decurg dintr-o astfel de ignoranță. Un exemplu actual

este Africa de Sud de astăzi, unde sfârșitul apartheid-ului a adus nu numai libertate politică, ci, pe partea negativă, occidentalizarea rapidă și rampantă și apariția culturii egale globalizate. Tensiunea dintre generații se intensifică deja. „Părinții noștri încearcă să ne educe cu privire la trecut", a spus un adolescent sud-african unui reporter al unui ziar canadian. „Suntem forțați să auzim despre rasiști și politică..." La rândul său, Steve Mokwena, un istoric de treizeci și șase de ani și un veteran al luptei anti-apartheid, este descris de jurnalistă ca fiind „din altă parte. lume decât tinerii cu care lucrează acum". „Sunt hrăniți forțat cu o dietă de gunoi pop american. Este foarte îngrijorător", a spus Mokwena – la jumătatea lui de treizeci de ani, aproape că era un patriarh învechit.

Ai putea argumenta că orientarea către egali, poate, ne poate aduce la globalizarea autentică a culturii, a unei civilizații universale care nu mai împarte lumea în „noi și ei". Nu s-a lăudat postul de televiziune MTV că copiii din toată lumea televiziunii semănau între ei mai mult decât părinții și bunicii lor? Nu ar putea fi aceasta calea către viitor, o modalitate de a transcende culturile care ne despart și de a stabili o cultură mondială a conexiunii și a păcii? Credem că nu.

În ciuda asemănărilor superficiale create de tehnologia globală, dinamica orientării către egali este mai probabil să promoveze diviziunea decât o universalitate sănătoasă. Trebuie doar să ne uităm la tribalizarea extremă a bandelor de tineri, formele sociale în care au intrat cei mai orientați spre egali dintre copiii noștri. Căutarea de a fi la fel cu altcineva declanșează imediat nevoia de a fi diferit de ceilalți. Pe măsură ce asemănările din cadrul grupului ales se întăresc, diferențele față de cei din afara grupurilor se accentuează până la ostilitate. Fiecare grup este solidificat și întărit prin emulare reciprocă și cue-taking. În acest fel, triburile s-au format spontan încă de la începutul timpurilor. Diferența crucială este că cultura tribală tradițională ar putea fi transmisă, în timp ce aceste triburi de astăzi sunt definite și limitate de bariere între generații.

Mediul școlar este plin de asemenea dinamici. Când copiii imaturi tăiați de acostele lor pentru adulți se amestecă între ei, în curând se formează grupuri spontane, adesea de-a lungul liniilor de demarcație mai evidente ale clasei, sexului și rasei. În cadrul acestor grupări mai mari apar anumite subculturi: uneori de-a lungul liniilor de îmbrăcăminte și înfățișare, iar uneori de-a lungul intereselor, atitudinilor sau abilităților comune, ca în grupuri de sportivi, creier și tocilari de computer. Uneori se formează printre subculturi orientate spre egali, cum ar fi skateboarderii, bicicliștii și skinheads. Multe dintre aceste subculturi sunt întărite și modelate de mass-media și susținute de costume de cult, simboluri, filme, muzică și limbaj. Dacă vârful aisbergului orientat spre egali sunt bandele și aspiranții de bande, la bază se află clicurile. Asemenea celor doi corespondenți MSN de la începutul acestui capitol, ființele imature care se învârt una în jurul celeilalte își inventează propriul limbaj și moduri de exprimare care le sărăcesc exprimarea de sine și le depărtează de ceilalți. Este posibil ca astfel de fenomene să fi apărut înainte, desigur, dar nu aproape în aceeași măsură la care asistăm astăzi.

Rezultatul este tribalizarea remarcată de Patricia Hersch. Copiii dislocați din familiile lor, fără legătură cu profesorii lor și care nu sunt încă suficient de maturi pentru a se raporta unul la altul ca ființe separate, se regrupează automat pentru a-și satisface dorința instinctivă de atașament. Cultura grupului este fie inventată, fie împrumutată din cultura de la egal la egal în general. Copiilor nu le ia foarte mult timp să știe din ce trib aparțin, care sunt regulile, cu cine pot vorbi și pe cine trebuie să țină la distanță. În ciuda încercărilor noastre de a-i învăța pe copiii noștri respectul față de diferențele individuale și de a le insufla un sentiment de apartenență la o civilizație coerentă, ne fragmentăm într-un ritm alarmant în haosul tribal. Copiii noștri ne conduc în frunte. Timpul pe care îl petrecem, ca părinți și educatori, încercând să-i învățăm pe copiii noștri toleranță socială, acceptare și etichetă, ar fi mult mai bine investit în cultivarea unei legături cu ei. Copiii crescuți în ierarhiile tradiționale de atașament nu sunt nici pe departe la fel de

susceptibili la forțele spontane ale tribalizării. Valorile sociale pe care dorim să le inculcăm pot fi transmise numai prin liniile existente de atașament.

Cultura creată de orientarea la egal la egal nu se amestecă bine cu alte culturi. Pentru că orientarea către egali există în sine, la fel există și cultura pe care o creează. Funcționează mult mai mult ca un cult decât ca o cultură. Ființele imature care îmbrățișează cultura generată de orientarea către egali sunt rupte de oamenii din alte culturi. Tinerii orientați spre egali se laudă de fapt în excluderea valorilor tradiționale și a conexiunilor istorice. Oamenii din culturi diferite care au fost transmise pe verticală își păstrează capacitatea de a relaționa unii cu alții cu respect, chiar dacă în practică această capacitate este adesea copleșită de conflictele istorice sau politice în care ființele umane sunt prinse. Sub expresiile culturale particulare, ei pot recunoaște reciproc universalitatea valorilor umane și pot prețui bogăția diversității. Copiii orientați spre egali sunt, totuși, înclinați să petreacă exclusiv unul cu celălalt. Se deosebesc de cei care nu sunt ca ei. Pe măsură ce copiii noștri orientați spre colegii ajung la adolescență, mulți părinți se simt ca și cum proprii lor copii sunt abia recunoscuți cu muzica tribală, îmbrăcămintea, limbajul, ritualurile și decorațiunile corporale. „Tatuajul și piercingul, cândva șocante, sunt acum doar indicatoare generaționale într-o cultură care redesenează constant linia dintre comportamentul acceptabil și cel interzis”, a subliniat un jurnalist canadian în 2003.

Mulți dintre copiii noștri cresc lipsiți de cultura universală care a produs creațiile atemporale ale omenirii: Bhagavad Gita; scrierile lui Rumi și Dante, Shakespeare și Cervantes și Faulkner, sau ale celor mai buni și mai inovativi autori vii; muzica lui Beethoven și Mahler; sau chiar marile traduceri ale Bibliei. Ei știu doar ceea ce este actual și popular, apreciază doar ceea ce pot împărtăși cu semenii lor.

Adevărata universalitate în sensul pozitiv al respectului reciproc, al curiozității și al valorilor umane împărtășite nu necesită o cultură globalizată creată de orientarea către egali. Este nevoie de maturitate psihologică — o maturitate care nu poate rezulta din educația didactică, ci doar din dezvoltarea sănătoasă. După cum

vom discuta în continuare, doar adulții pot ajuta copiii să crească în acest fel. Și numai în relații sănătoase cu mentori adulți – părinți, profesori, bătrâni, creatori artistici, muzicali și intelectuali – copiii își pot primi dreptul de naștere, moștenirea culturală universală și onorata de vârstă a omenirii. Numai în astfel de relații își pot dezvolta pe deplin propriile capacități de exprimare culturală liberă, individuală și proaspătă.

PART THREE

STUCK IN IMMATURITY: HOW PEER ORIENTATION STUNTS HEALTHY DEVELOPMENT

8 ZBORUL PERICULOS DIN SENTIMENT

Mergând recent pe holurile liceului fiului meu în timpul orelor de prânz, am fost uimit de cât de asemănător mă simțeam cu să fiu în holurile și sălile de masă ale închisorilor pentru minori în care lucram. Posturile, gesturile, tonul, cuvintele și interacțiunea dintre semeni la care am fost martor în această mulțime de adolescenți au spus o invulnerabilitate ciudată. Acești copii păreau incapabili să fie răniți. Comportamentul lor exprima o încredere, chiar o bravada care părea inatacabilă, dar superficială în același timp.

Etica supremă în cultura de la egal la egal este „cool” – absența completă a deschiderii emoționale. Cei mai apreciați dintre grupul de colegi afectează o înfățișare deconcertant de netulburată, manifestă puțină sau deloc frică, par a fi imuni la rușine și sunt înclinați să mormăie lucruri precum „nu contează”, „nu-mi pasă” și „orice ar fi .”

Realitatea este cu totul alta. Oamenii sunt cei mai vulnerabili – din latinescul vulnerare, până la rană – dintre toate creaturile. Nu suntem vulnerabili doar fizic, ci și psihologic. Prin urmare, ce explică discrepanța? Cum pot oamenii tineri care sunt de fapt atât de vulnerabili să pară atât de opuși? Duritatea lor, comportamentul lor „cool”, este un act sau este adevărat? Este o mască care poate fi scoasă când ajung în siguranță sau este adevărata față a orientării către egali?

Când am întâlnit prima dată această subcultură a invulnerabilității adolescenților, am presupus că este un act. Psihicul uman poate dezvolta apărări puternice împotriva unui sentiment conștient de vulnerabilitate, apărări care devin înrădăcinate în circuitele emoționale ale creierului. Am preferat să cred că acești

copii, dacă ar avea șansa, și-ar scoate armura și și-ar dezvălui latura mai moale, mai autentic umană. Ocazional, această așteptare s-a dovedit a fi corectă, dar de cele mai multe ori am descoperit că invulnerabilitatea adolescenților nu era nici un act, nici o pretenție. Mulți dintre acești copii nu au avut sentimente rănite, nu au simțit nicio durere. Asta nu înseamnă că erau incapabili să fie răniți, dar în ceea ce privește sentimentele lor experimentate în mod conștient, nu era nicio mască de scos.

Copiii capabili să experimenteze emoții de tristețe, frică, pierdere și respingere vor ascunde adesea astfel de sentimente de semenii lor pentru a evita să se expună la ridicol și la atac. Invulnerabilitatea este un camuflaj pe care îl adoptă pentru a se amesteca cu mulțimea, dar se va îndepărta rapid în compania celor cu care au siguranța de a fi adevăratele lor sine. Aceștia nu sunt copiii de care sunt cel mai preocupat, deși cu siguranță mă îngrijorează impactul pe care o atmosferă de invulnerabilitate îl va avea asupra învățării și dezvoltării lor. Într-un astfel de mediu curiozitatea autentică nu poate prospera, întrebările nu pot fi puse liber, entuziasmul naiv pentru învățare nu poate fi exprimat. Nu se asumă riscuri într-un astfel de mediu, nici pasiunea pentru viață și creativitatea nu își pot găsi debușeul.

Copiii cel mai profund afectați și cu cel mai mare risc de vătămare psihologică sunt cei care aspiră să fie duri și invulnerabili, nu doar la școală, ci în general. Acești copii nu se pot îmbrăca și dezbrăca armura după cum este necesar. Apărarea nu este ceva ce fac ei, ci ceea ce sunt. Această întărire emoțională este cea mai evidentă la delincvenți și membrii bandei și la copiii străzii, dar este, de asemenea, o dinamică semnificativă în varietatea comună de zi cu zi a orientării către egali care există în casa tipică americană.

COPII ORIENTATI PEER SUNT MAI VULNERABILI

Singurul motiv pentru care un copil nu conștientizează propria vulnerabilitate este că aceasta a devenit prea mult de suportat, rănile lui prea dureroase pentru a fi simțite. Cu alte cuvinte, copiii

copleșiți de răni emoționale în trecut sunt susceptibili de a se obișnui cu aceeași experiență în viitor.

Relația dintre rănile psihologice și fuga de vulnerabilitate este destul de evidentă la copiii a căror experiență de durere emoțională a fost profundă. Cel mai probabil să dezvolte acest tip extrem de întărire emoțională defensivă sunt copiii din orfelinate sau mai multe case de plasament, copiii care au suferit pierderi semnificative sau au suferit abuz și neglijare. Având în vedere trauma pe care au îndurat-o, este ușor de apreciat de ce astfel de copii ar fi dezvoltat puternice apărări inconștiente.

Ceea ce este surprinzător este că, fără nicio traumă comparabilă, mulți copii care au fost orientați spre egali de ceva vreme pot manifesta același nivel de defensivă. Se pare că copiii orientați spre egali au nevoia să se protejeze împotriva vulnerabilității într-o măsură la fel de mare ca și copiii traumatizați. De ce ar trebui să fie asta, în absența unor experiențe similare în mod evident?

Înainte de a discuta motivele fragilității crescute și rigidizării emoționale a copiilor orientați spre egali, trebuie să clarificăm sensul expresiei apărat împotriva vulnerabilității și aproape sinonimul său, fuga de vulnerabilitate. Ne referim prin ele la reacțiile instinctive defensive ale creierului la a fi copleșit de un sentiment de vulnerabilitate. Aceste reacții defensive inconștiente sunt evocate împotriva unei conștiințe a vulnerabilității, nu împotriva vulnerabilității reale. Creierul uman nu este capabil să împiedice un copil să fie rănit, doar să se simtă rănit. Termenii apărat împotriva vulnerabilității și fuga de vulnerabilitate încapsulează aceste semnificații. Ele transmit un sentiment de pierdere a contactului copilului cu gândurile și emoțiile care o fac să se simtă vulnerabilă, o conștientizare diminuată a susceptibilității umane de a fi rănită emoțional. Toată lumea poate experimenta uneori o astfel de închidere emoțională. Un copil este apărat împotriva vulnerabilității atunci când închiderea nu mai este doar o reacție temporară, ci devine o stare persistentă.

Există patru motive pentru care copiii orientați spre egali sunt mai susceptibili la răni emoționale decât cei orientați către adulți.

Efectul net este o fugă de la vulnerabilitate similară tulburătoare cu întărirea emoțională a copiilor traumatizați.

COPII ORIENTATI PE PEER își pierd scutul natural impotriva stresului

Primul motiv pentru care copiii orientați spre egali trebuie să se întărească emoțional este că și-au pierdut sursa naturală de putere și încredere în sine și, în același timp, scutul lor natural împotriva rănilor și durerii intolerabile.

În afară de atacul constant al tragediilor și traumelor care au loc peste tot, lumea personală a copilului este una de interacțiuni intense și evenimente care pot răni: a fi ignorat, a nu fi important, a fi exclus, a nu se măsura, a experimenta dezaprobarea, a nu fi plăcut, a nu fi preferat, fiind rușinat și ridiculizat. Ceea ce îl protejează pe copil de a trăi greul acestui stres este atașamentul față de un părinte. Atașamentul este cel care contează: atâta timp cât copilul nu este atașat de cei care îl slăbesc, se face relativ puține pagube. Batjocurile pot răni și pot provoca lacrimi în acel moment, dar efectul nu va fi de lungă durată. Când părintele este punctul de busolă, mesajele pe care le dă el sau ea sunt cele care sunt relevante. Când se întâmplă tragedie și traume, copilul caută la părinte indicii dacă să fie sau nu îngrijorat. Atâta timp cât atașamentele lor sunt în siguranță, cerul s-ar putea prăbuși și lumea s-ar prăbuși, dar copiii ar fi relativ protejați să nu se simtă periculos de vulnerabili. Filmul lui Roberto Benigni, Viața este frumoasă, despre eforturile unui tată evreu de a-și proteja fiul de ororile rasismului și genocidului, ilustrează acest punct cel mai puternic. Atașamentul protejează copilul de lumea exterioară.

Un tată mi-a spus cum a fost martor la puterea atașamentului de a ține un copil în siguranță când fiul său, pe care îl vom numi Braden, avea aproximativ cinci ani. „Braden a vrut să joace fotbal în liga comunității locale. Chiar în prima zi de antrenament, unii copii mai mari i-au dat o perioadă grea. Când le-am auzit vocile batjocorindu-l și ridiculizându-l, m-am transformat rapid într-un urs tată protector. Aveam toată intenția să le dau acestor tineri bătăuși o ajustare

exterioară a atitudinii când l-am observat pe Braden înfruntându-se cu ei, întinzându-se la toată înălțimea, punându-și mâinile pe șolduri și scoțându-și pieptul cât de departe. L-am auzit spunând ceva de genul: „Nu sunt un prost mic! Tatăl meu spune că sunt jucător de fotbal.' Și asta părea să fie asta." Ideea lui Braden despre ceea ce credea tatăl său despre el l-a protejat mai eficient decât ar fi putut vreodată tatăl să o facă printr-o intervenție directă. Percepțiile tatălui său despre el au avut prioritate. Putea să îndepărteze insultele semenilor. În schimb, un copil orientat spre egali care nu mai caută la adulți sentimentul său de autoevaluare nu are o astfel de protecție.

Bineînțeles, această dinamică are un revers. În măsura în care atașamentul acestui băiat față de tatăl său îl protejează împotriva interacțiunii dăunătoare cu ceilalți, îl sensibilizează și la propriile cuvinte și gesturi ale tatălui. Dacă el, părintele, l-ar disprețui, l-ar rușina, i-ar revărsa dispreț, Braden ar fi devastat. Atașamentul său față de părinți îl face foarte vulnerabil în relația cu ei, dar mai puțin vulnerabil în relația cu ceilalți. Există un interior și un exterior la atașament: vulnerabilitatea este în interior, invulnerabilitatea în exterior. Atașarea este atât un scut, cât și o sabie. Atașamentul împarte lumea în cei care te pot răni și cei care nu pot. Atașamentul și vulnerabilitatea – aceste două mari teme ale existenței umane – merg mână în mână.

O parte evidentă a muncii noastre ca părinți este să ne apărăm copiii împotriva rănirii fizice. Deși vânătăile nu sunt întotdeauna atât de vizibile, capacitatea de a fi rănit este și mai mare în arena psihologică. Chiar și noi, adulții, ca creaturi relativ mature, putem fi aruncați violent din cursul nostru sau putem fi imobilizați de durerea emoțională a atașamentelor întrerupte. Dacă noi, ca adulți, putem fi răniți în acest fel, cu cât mai mult copiii, care sunt mult mai dependenți, au mult mai nevoie de atașamentele lor.

Atașamentul este nevoia cea mai presantă și cea mai puternică unitate a copilului și, totuși, atașamentul este cel care îl pregătește pe copil să se rănească. Ca două fețe ale unei monede, nu putem avea una fără cealaltă. Cu cât copilul este mai atașat, cu atât este

mai capabil să fie rănit. Atașamentul este un teritoriu vulnerabil. Și asta ne conduce la cel de-al doilea motiv pentru defensivă emoțională sporită a copiilor orientați spre egali.

COPII ORIENTATI PE PEER DEVIN SENSIBILIZAȚI LA INTERACȚIUNI INSENSIBILE ALE COPIILOR

Așa cum un copil orientat spre adulți este mai vulnerabil în relația cu părinții și profesorii săi, copiii orientați spre egali sunt mai mult în relația unii cu ceilalți. După ce și-au pierdut scuturile de atașament parental, ei devin foarte sensibili la acțiunile și comunicarea celorlalți copii. Problema este că interacțiunea naturală a copiilor este orice altceva decât atentă, atentă și civilizată. Când colegii îi înlocuiesc pe părinți, această interacțiune neglijentă și iresponsabilă capătă o potență pe care nu s-a vrut să o aibă niciodată. Sensibilitatea și sensibilitățile sunt ușor depășite. Trebuie doar să ne imaginăm cum ne-am descurca noi, ca adulți, dacă am fi supuși de către prietenii noștri tipului de interacțiune socială pe care copiii trebuie să-l suporte în fiecare zi - trădările mărunte, echipele, disprețul, lipsa totală de încredere. Nu este de mirare că copiii orientați spre egali se închid în fața vulnerabilității.

Literatura de specialitate privind impactul respingerii de la egal la egal asupra copiilor, bazată pe cercetări ample, este foarte clară cu privire la consecințele negative, folosind cuvinte precum sfărâmator, paralizant, devastator, mortificator. Sinuciderile în rândul copiilor cresc, iar literatura de specialitate indică faptul că respingerea semenilor este o cauză în creștere. Am observat direct viața a numeroși adulți și copii schilodiți de tratamentul suferit de către semenii lor. Primul client din practica mea de psihologie a fost o victimă adultă a abuzului de la egal la egal pe vremea când era la școala elementară. Dintr-un motiv necunoscut de el, a devenit țapul ispășitor ales al unui număr de copii frustrați care s-au apucat de el neîncetat. A dezvoltat compulsii și obsesii atât de grave încât nu a putut să facă față vieții normale.

De exemplu, nu a putut accepta nicio referire la numărul 57, deoarece 1957 a fost cel mai rău an al abuzului său de către colegi.

Dacă ar fi contaminat cu acest număr, ar trebui să efectueze ritualuri complexe de curățare care au făcut imposibilă viața normală. Ostracizarea și abuzul de la egal la egal au paralizat viețile multor astfel de țapi ispășitori din copilărie. (Studii recente atestă că astfel de fenomene cresc rapid sub influența orientării către colegi și le vom analiza mai îndeaproape în capitolele 10 și 11, despre agresiune și agresiune.)

Se presupune că principalul vinovat este respingerea de la egal la egal: evitarea, excluderea, rușinea, batjocorirea, batjocorirea, intimidarea. Concluzia la care au ajuns unii experți este că acceptarea de la egal la egal este absolut necesară pentru sănătatea și bunăstarea emoțională a copilului și că nu este nimic mai rău decât să nu fii plăcut de semeni. Se presupune că respingerea de la egal la egal este o sentință automată la îndoiala pe tot parcursul vieții. Mulți părinți din ziua de azi trăiesc cu teama că copiii lor nu au prieteni, nu sunt apreciați de semenii lor. Acest mod de a gândi nu ia în considerare două întrebări fundamentale: Ce face un copil atât de vulnerabil în primul rând? Și de ce crește această vulnerabilitate?

Este absolut adevărat că copiii refuză, ignoră, ocolesc, rușinează, batjocoresc și batjocoresc. Copiii au făcut întotdeauna aceste lucruri atunci când nu sunt suficient de supravegheați de adulții responsabili. Dar atașamentul, nu comportamentul sau limbajul insensibil al semenilor, creează vulnerabilitate. Accentul actual asupra impactului respingerii și acceptării de la egal la egal a trecut cu vederea complet rolul atașamentului. Dacă copilul este atașat în primul rând de părinți, acceptarea părinților este vitală pentru sănătatea emoțională și bunăstarea, iar a nu fi plăcut de părinți este lovitura devastatoare pentru stima de sine. Capacitatea copiilor de a fi inumani probabil nu s-a schimbat, dar, după cum arată cercetările, rănirea copiilor noștri de către alții crește. Dacă mulți copii sunt afectați în zilele noastre de insensibilitatea semenilor lor, nu este neapărat pentru că copiii de astăzi sunt mai cruzi decât în trecut, ci pentru că orientarea către semeni i-a făcut mai susceptibili la batjocuri și atacuri emoționale unul față de celălalt. Eșecul nostru

de a ne menține copiii atașați de noi și de ceilalți adulți responsabili pentru ei nu numai că le-a luat scuturile, ci a pus o sabie în mâinile semenilor lor. Când colegii îi înlocuiesc pe părinți, copiii își pierd protecția vitală împotriva necugetării altora. Vulnerabilitatea unui copil în astfel de circumstanțe poate fi ușor copleșită. Durerea rezultată este mai mult decât pot suporta mulți copii.

Studiile au fost fără echivoc în concluziile lor că cea mai bună protecție pentru un copil, chiar și până la adolescență, este un atașament puternic față de un adult. Cel mai impresionant dintre aceste studii a implicat nouăzeci de mii de adolescenți din optzeci de comunități diferite alese pentru a face eșantionul cât mai reprezentativ pentru Statele Unite. Constatarea principală a fost că adolescenții cu legături emoționale puternice cu părinții lor au fost mult mai puțin probabil să prezinte probleme legate de droguri și alcool, să încerce să se sinucidă sau să se angajeze în comportamente violente și activități sexuale timpurii. Cu alte cuvinte, astfel de adolescenți erau expuși mult mai puțin riscului pentru problemele care decurg din apărarea împotriva vulnerabilității. Apărarea lor de stres și protejarea sănătății și a funcționării lor emoționale au fost atașamente puternice față de părinții lor. Aceasta a fost și concluzia renumitului psiholog american Julius Segal, un genial pionier al cercetării a ceea ce îi face pe tineri rezistenți. Rezumând studii din întreaga lume, el a concluzionat că cel mai important factor care îi împiedică pe copii să fie copleșiți de stres a fost „prezența în viața lor a unui adult carismatic – o persoană cu care se identifică și de la care își adună putere”. După cum a mai spus dr. Segal, „Nimic nu va funcționa în absența unei legături indestructibile de îngrijire între părinte și copil.”

Semenii nu ar fi trebuit niciodată să conteze atât de mult – cu siguranță nu mai mult decât părinții sau profesorii sau alte figuri de atașament adulte. Batjocurile și respingerea colegilor ustură, desigur, dar nu ar trebui să se reducă rapid, nu ar trebui să fie atât de devastatoare. Deprimarea profundă a unui copil exclus dezvăluie

o problemă de atașament mult mai serioasă decât o problemă de respingere a colegilor.

Ca răspuns la intensificarea cruzimii copiilor unii față de alții, școlile de pe tot continentul se grăbesc să elaboreze programe pentru a inculca responsabilitatea socială tinerilor. Lătrăm în copacul greșit când încercăm să facem copiii responsabili pentru alți copii. Din punctul meu de vedere, este complet nerealist să credem că putem eradica în acest fel excluderea și respingerea colegilor și comunicarea insultătoare. Ar trebui, în schimb, să lucrăm pentru a elimina durerea acestor manifestări naturale ale imaturității prin restabilirea puterii adulților de a proteja copiii de ei înșiși și unii de alții.

MANIFESTĂRILE VULNERABILITĂȚII SUNT RUSINIȚII ȘI EXPLOATATE DE SEMENI

Tinerii orientați spre egali se confruntă astfel cu două riscuri psihologice grave care sunt mai mult decât suficiente pentru a face vulnerabilitatea insuportabilă și pentru a-și provoca creierul la acțiune defensivă: că au pierdut scutul atașamentului parental și au puternica sabie de atașament mânuită de copii neglijenți și iresponsabili. O a treia lovitură împotriva sentimentului profund și deschis – și al treilea motiv pentru închiderea emoțională a copilului orientat spre egali – este că orice semn de vulnerabilitate la un copil tinde să fie atacat de cei care sunt deja închiși împotriva vulnerabilității.

Pentru a da un exemplu de la capătul extrem al spectrului, în munca mea cu tinerii infractori violenți, unul dintre obiectivele mele principale a fost să le topesc apărările împotriva vulnerabilității, astfel încât să poată începe să-și simtă rănile. Dacă o ședință a avut succes și aș fi putut să-i ajut să treacă de apărarea la unele dintre durerile subiacente, fețele și vocile li s-ar înmuia și ochii li s-ar lăcrima. Pentru cei mai mulți dintre acești copii, aceste lacrimi au fost primele în mulți ani. Mai ales când cineva nu este obișnuit să plângă, poate afecta în mod semnificativ fața și ochii. Când am început, am fost suficient de naiv pentru a trimite copiii

înapoi în populația închisorii după ședințele lor. Nu este greu de ghicit ce s-a întâmplat. Pentru că vulnerabilitatea era încă scrisă pe fețele lor, a atras atenția celorlalți deținuți. Cei care au fost apărați împotriva propriei vulnerabilități s-au simțit obligați să atace. Au atacat vulnerabilitatea de parcă ar fi fost inamicul. Curând am învățat să iau măsuri defensive și să-mi ajut clienții să se asigure că vulnerabilitatea lor nu se vede. Din fericire, aveam o toaletă lângă biroul meu din închisoare. Uneori, copiii petreceau până la o oră turnându-și apă rece pe față, încercând să șteargă orice vestigii de emoție care i-ar dezvălui. Chiar dacă apărarea lor s-a înmuiat puțin, totuși au fost nevoiți să poarte o mască de invulnerabilitate pentru a nu fi răni și mai mult. O parte din munca mea a fost să-i ajut să facă diferența între masca de invulnerabilitate pe care trebuiau să o poarte într-un astfel de loc pentru a nu fi victimizate și, pe de altă parte, apărările interiorizate împotriva vulnerabilității care îi împiedică să se simtă profund și profund.

Aceeași dinamică, evident nu la această extremă, funcționează în lumea dominată de copiii orientați spre egali. Vulnerabilitatea este de obicei atacată, nu cu pumnii, ci cu rușine. Mulți copii învață rapid să acopere orice semn de slăbiciune, sensibilitate și fragilitate, precum și alarmă, frică, nerăbdare, nevoință sau chiar curiozitate. Mai presus de toate, nu trebuie să dezvăluie niciodată că tachinarea și-a atins amprenta.

Carl Jung a explicat că avem tendința de a ataca în alții ceea ce ne simțim cel mai incomod în noi înșine. Când vulnerabilitatea este inamicul, ea este atacată oriunde este percepută, chiar și la cel mai bun prieten. Semnele de alarmă pot provoca batjocuri verbale, cum ar fi „pisica înfricoșată” sau „pui”. Lacrimile evocă ridicol. Expresiile de curiozitate pot precipita ochii peste cap și acuzațiile de a fi ciudat sau tocilar. Manifestările de tandrețe pot duce la tachinari neîncetate. Dezvăluirea faptului că ceva a cauzat rănire sau că îi pasă cu adevărat de ceva este riscant în preajma unei persoane care nu se simte confortabil cu vulnerabilitatea lui. În compania celor desensibilizați, orice manifestare de deschidere emoțională este probabil să fie vizată.

RELAȚIILE ÎNTRE egali sunt în mod inerent nesigure

Există încă o a patra cauză și chiar mai fundamentală care îi forțează pe copiii orientați spre colegi să scape de susceptibilitatea lor sporită la răni emoționale.

Vulnerabilitatea generată de orientarea către semeni poate fi copleșitoare chiar și atunci când copiii nu se rănesc unii pe alții. Această vulnerabilitate este încorporată în natura extrem de nesigură a relațiilor orientate spre egali. Vulnerabilitatea nu are de-a face doar cu ceea ce se întâmplă, ci cu ceea ce s-ar putea întâmpla – cu insecuritatea inerentă a atașamentului. Ce avem, putem pierde și cu cât valoarea a ceea ce avem este mai mare, cu atât pierderea potențială este mai mare. S-ar putea să reușim să obținem apropiere într-o relație, dar nu o putem asigura în sensul de a ne ține de ea – nu ca și cum am asigura o frânghie sau o barcă sau o obligațiune de stat fixă purtătoare de dobândă. Unul are foarte puțin control asupra a ceea ce se întâmplă într-o relație, dacă vom fi în continuare doriti și iubiți mâine.

Deși posibilitatea pierderii este prezentă în orice relație, noi, părinții, ne străduim să oferim copiilor noștri ceea ce ei nu sunt în măsură să le dea unul altuia din punct de vedere constituțional: o conexiune care nu se bazează pe faptul că ei ne-au plăcut, să ne facă să ne simțim bine sau să ne schimbe în vreun fel. . Cu alte cuvinte, le oferim copiilor noștri exact ceea ce lipsește în atașamentele de la egal la egal: acceptarea necondiționată.

Ființele umane au o înțelegere intuitivă a punctului în care vulnerabilitatea este prea mult de suportat. Vulnerabilitatea datorată fricii de pierdere este inerentă relațiilor între semeni. În relațiile cu semenii, nu există maturitate pe care să te bazezi, niciun angajament de care să te bazezi, niciun simț al responsabilității pentru o altă ființă umană. Copilul rămâne cu realitatea crudă a atașamentului nesigur: ce se întâmplă dacă nu mă conectez cu semenii mei? Ce se întâmplă dacă nu pot face ca relația să funcționeze? Ce se întâmplă dacă nu vreau să merg cu lucrurile pe care le fac prietenii mei, dacă mama nu mă lasă să plec sau dacă

prietenei mele îi place așa și așa mai mult decât mă place ei? Acestea sunt anxietățile mereu prezente ale copiilor orientați spre egali, niciodată departe de suprafață. Copiii orientați spre egali sunt obsedați de cine îi place pe cine, cui preferă pe cine, cine vrea să fie cu cine. Nu există loc pentru pași greșiți, pentru neloialitate percepută, dezacord, diferențe sau neconformitate. Adevărata individualitate este zdrobită de nevoia de a menține relația cu orice preț. Cu toate acestea, indiferent cât de mult ar lucra copilul, atunci când colegii îi înlocuiesc pe părinți, sentimentul de nesiguranță poate escalada până când este prea mult de suportat. Acesta este adesea momentul când amorțeala se instalează, are loc oprirea defensivă și copiii nu mai par vulnerabili. Ei devin înghețați emoțional de nevoia de a se apăra împotriva durerii pierderii, chiar înainte ca aceasta să apară efectiv. Dinamica similară intră puternic în joc în relațiile sexuale de „dragoste” ale adolescenților mai în vârstă (vezi capitolul 12).

În Separation, al doilea volum al marii sale trilogii despre atașament, John Bowlby a descris ceea ce s-a observat când zece copii mici din creșe rezidențiale s-au reunit cu mamele lor după despărțiri care au durat de la douăsprezece zile la douăzeci și unu de săptămâni. Despărțirile s-au datorat în toate cazurile unor urgențe familiale și absenței altor îngrijitori și în niciun caz din intenția părinților de a abandona copilul.

În primele zile după plecarea mamei, copiii erau îngrijorați, căutând peste tot părintele dispărut. Acea fază a fost urmată de resemnare aparentă, chiar de depresie din partea copilului, pentru a fi înlocuită cu ceea ce părea a reveni la normalitate. Copiii începeau să se joace, să reacționeze la îngrijitorii, să accepte mâncarea și alte îngrijiri. Adevăratul cost emoțional al traumei pierderii a devenit evident doar atunci când mamele s-au întors. La întâlnirea cu mama pentru prima dată după zilele sau săptămânile plecate, fiecare dintre cei zece copii a manifestat o înstrăinare semnificativă. Doi păreau să nu-și recunoască mamele. Ceilalți opt s-au întors sau chiar s-au îndepărtat de ea. Cei mai mulți dintre ei fie au plâns, fie au ajuns aproape de lacrimi; un număr alterna între o față plină de lacrimi și

una inexpresivă. Dinamica de retragere a fost numită „detașare” de către John Bowlby. O astfel de detașare are un scop defensiv. Are un singur sens: a fost atât de dureros pentru mine să experimentez absența ta, încât, pentru a evita o astfel de durere din nou, mă voi învălui într-o coajă de emoție întărită, insensibilă la iubire – și, prin urmare, la durere. Niciodată nu vreau să simt asta din nou rănit.

Bowlby a subliniat, de asemenea, că părintele poate fi prezent fizic, dar absent emoțional din cauza stresului, anxietății, depresiei sau preocupării cu alte probleme. Din punctul de vedere al copilului, nu mai contează. Reacțiile lui codificate vor fi aceleași, deoarece pentru el adevărata problemă nu este doar prezența fizică a părintelui, ci accesibilitatea emoțională a acestuia. Un copil care suferă multă nesiguranță în relația cu părinții săi va adopta ca mod principal de a fi invulnerabilitatea detașării defensive. Atunci când părinții sunt atașamentul de lucru al copilului, dragostea și simțul responsabilității lor se vor asigura de obicei că nu-l forțează pe copil să adopte măsuri atât de disperate. Semenii nu au o astfel de conștientizare, nu au astfel de resimțiri și nici o astfel de responsabilitate. Amenințarea abandonului este mereu prezentă în interacțiunile orientate către colegi și copiii răspund automat cu detașarea emoțională.

Nu e de mirare, așadar, că cool este etica de guvernare în cultura de egalitate, virtutea supremă. Deși cuvântul cool are multe semnificații, el conotă predominant un aer de invulnerabilitate. Acolo unde orientarea către semeni este intensă, nu există niciun semn de vulnerabilitate în vorbire, în plimbare, în îmbrăcăminte sau în atitudini.

Coautorul meu a fost, înainte de a deveni medic, profesor de liceu. Gabor își amintește că atunci când a citit „Despre șoarecii și bărbații” de John Steinbeck cu clasa sa de clasa a zecea, elevilor le lipsea total empatie față de cei doi muncitori simpli și afectați de sărăcie care sunt protagoniștii cărții. „Dar sunt atât de proști”, au spus mulți dintre studenți. „Au primit doar ceea ce meritau.” Acești

adolescenți au arătat puțină apreciere a tragediei și nici un respect pentru demnitatea oamenilor în a suporta durerea.

Este ușor să învinovățim televiziunea, filmele sau muzica rap pentru desensibilizarea copiilor noștri la suferința umană, la violență și chiar la moarte. Cu toate acestea, invulnerabilitatea fundamentală nu provine din cultura comercializată, condamnabilă, așa cum este pentru răsfățarea și exploatarea întăririi emoționale și imaturității copiilor. Invulnerabilitatea copiilor orientați spre egali este alimentată din interior. Chiar dacă nu ar exista filme sau programe de televiziune care să-i modeleze expresia, totuși ar apărea spontan ca modus operandi al tinerilor orientați spre egali. Deși copiii orientați spre egali pot veni din toată lumea și aparțin unui număr infinit de subculturi, tema invulnerabilității este universală în cultura tineretului. Moda poate veni și pleacă, muzica poate să-și schimbe forma, limbajul poate varia, dar detașarea rece și oprirea emoțională par să pătrundă totul. Amploarea acestei culturi este o mărturie puternică a fuga disperată de vulnerabilitatea membrilor săi.

De asemenea, mărturisind caracterul insuportabil al vulnerabilității experimentate de copiii orientați spre egali este preponderența drogurilor care reduc vulnerabilitatea. Copiii orientați spre egali vor face orice pentru a evita sentimentele umane de singurătate, suferință și durere și pentru a scăpa de a se simți răniți, expuși, alarmați, nesiguri, inadecvați sau conștienți de sine. Cu cât copiii sunt mai în vârstă și mai orientați către colegi, cu atât mai multe droguri par să fie o parte inerentă a stilului lor de viață. Orientarea către colegi creează apetit pentru orice ar reduce vulnerabilitatea. Drogurile sunt calmante emoționale. Și, în alt fel, îi ajută pe tineri să scape din starea de amorțire impusă de detașarea lor emoțională defensivă. Odată cu oprirea emoțiilor apar plictiseala și alienarea. Drogurile oferă o stimulare artificială celor obosiți emoțional. Ele sporesc senzația și oferă un fals sentiment de implicare, fără a implica riscurile unei deschideri autentice. De fapt, același medicament poate juca funcții aparent opuse la un individ. Alcoolul și marijuana, de exemplu, pot amorți sau, pe de altă parte,

pot elibera creierul și mintea de inhibițiile sociale. Alte droguri sunt stimulente – cocaina, amfetaminele și ecstasy; chiar numele acestuia din urmă spune multe despre exact ceea ce lipsește din viața psihică a tinerilor noștri incapacitati emoțional.

Funcția psihologică deservită de aceste medicamente este adesea trecută cu vederea de către adulții bine intenționați, care percep problema ca venind din afara individului, prin presiunea colegilor și obiceiurile culturii tineretului. Nu este doar o chestiune de a-i determina pe copiii noștri să spună nu. Problema este mult mai profundă. Atâta timp cât nu ne confruntăm și nu inversăm orientarea către colegi în rândul copiilor noștri, ne creăm un apetit nesățios pentru aceste medicamente. Afinitatea pentru medicamentele care reduc vulnerabilitatea provine din adâncul sufletului apărat. Siguranța emoțională a copiilor noștri poate veni doar de la noi: atunci ei nu vor fi determinati să scape de sentimentele lor și să se bazeze pe efectele anestezice ale medicamentelor. Nevoia lor de a se simți vii și emoționați poate și ar trebui să apară din interiorul lor, din propria lor capacitate înnăscută nelimitată de a se implica cu universul.

Acest lucru ne readuce la natura ierarhică esențială a atașamentului. Cu cât copilul are mai multă nevoie de atașament pentru a funcționa, cu atât mai important este să se atașeze de cei responsabili pentru ea. Numai atunci poate fi îndurată vulnerabilitatea inerentă atașamentului emoțional. Copiii nu au nevoie de prieteni, au nevoie de părinți, bunici, adulți care își vor asuma responsabilitatea de a se ține de ei. Cu cât copiii sunt mai atașați de adulți grijulii, cu atât sunt mai capabili să interacționeze cu semenii fără a fi copleșiți de vulnerabilitatea implicată. Cu cât semenii contează mai puțin, cu atât vulnerabilitatea relațiilor dintre egali poate fi suportată. Tocmai acei copii care nu au nevoie de prieteni sunt mai capabili să aibă prieteni fără a-și pierde capacitatea de a se simți profund și vulnerabil.

Dar de ce ar trebui să ne dorim ca copiii noștri să rămână deschiși față de propria lor vulnerabilitate? Ce este în neregulă când detașarea îngheață emoțiile pentru a proteja copilul? În mod

intuitiv, știm cu toții că este mai bine să simți decât să nu simți. Emoțiile noastre nu sunt un lux, ci un aspect esențial al machiajului nostru. Le avem nu doar pentru plăcerea de a simți, ci pentru că au o valoare crucială pentru supraviețuire. Ele ne orientează, interpretează lumea pentru noi, ne oferă informații vitale fără de care nu putem prospera. Ele ne spun ce este periculos și ce este benign, ce ne amenință existența și ce ne va alimenta creșterea. Imaginați-vă cât de dizabili am fi dacă nu am putea vedea, auzi sau gusta sau simți căldura, frigul sau durerea fizică. A opri emoțiile înseamnă a pierde o parte indispensabilă a aparatului nostru senzorial și, dincolo de aceasta, o parte indispensabilă a ceea ce suntem. Emoțiile sunt cele care fac viața să merite, interesantă, provocatoare și semnificativă. Ele ne conduc explorările lumii, ne motivează descoperirile și ne alimentează creșterea. Până la nivelul celular, ființele umane sunt fie în mod defensiv, fie în mod de creștere, dar nu pot fi în ambele în același timp. Când copiii devin invulnerabili, ei încetează să se mai relaționeze cu viața ca posibilitate infinită, cu ei înșiși ca potențial nemărginit și cu lumea ca o arenă primitoare și hrănitoare pentru exprimarea lor de sine. Invulnerabilitatea impusă de orientarea către semeni îi închidează pe copii în limitele și fricile lor. Nu e de mirare că mulți dintre ei în prezent sunt tratați pentru depresie, anxietate și alte tulburări.

Dragostea, atenția și securitatea pe care doar adulții le pot oferi îi eliberează pe copii de nevoia de a se face invulnerabili și le redă acel potențial de viață și aventură care nu poate veni niciodată din activități riscante, sporturi extreme sau droguri. Fără această siguranță, copiii noștri sunt forțați să-și sacrifice capacitatea de a crește și de a se maturiza psihologic, de a intra în relații semnificative și de a-și urmări cele mai profunde și puternice îndemnuri de a se exprima. În ultimă analiză, fuga de vulnerabilitate este o fugă de sine. Dacă nu ne ținem copiii aproape de noi, costul final este pierderea capacității lor de a se menține în sinea lor cea mai adevărată.

9 POTIT ÎN IMATURITATE

M-am săturat", a spus mama lui Sarah, supărată de inconsecvența și imprevizibilitatea fiicei ei. „Ea nu duce la bun sfârșit cu nimic, indiferent cât de mult încercăm să facem lucrurile să funcționeze pentru ea." O situație repetată i-a deranjat în mod deosebit pe părinții lui Sarah. Ei s-ar extinde pentru a face posibilă o dorință a ei exprimată cu fervoare, doar pentru a descoperi că ea a fugit în primul moment de frustrare sau eșec. Ea a renunțat la cursul de patinaj artistic la sfârșitul celei de-a doua lecții după ce au economisit cu grijă banii pentru taxe și și-au aranjat programul pentru a se potrivi cu programul ei. Sarah era, de asemenea, foarte impulsivă, nerăbdătoare și își pierdea cu ușurință cumpătul. Ea a continuat să promită că va fi bună, dar de multe ori nu a reușit să-și urmeze.

Mama și tatăl lui Peter erau de asemenea îngrijorați. Fiul lor era cronic nerăbdător și iritabil, uneori devenind destul de urât atât cu sora lui, cât și cu părinții lui. „Nici măcar nu pare să fie conștient", mi-a spus tatăl lui Peter, „că ceea ce spune sau face are vreun impact asupra restului familiei". Peter a fost, de asemenea, argumentativ și opozițional. Îi lipseau orice aspirație pe termen lung. Nu avea pasiune pentru nimic, în afară de Nintendo și jocurile pe computer. Conceptul de muncă părea să nu însemne nimic pentru el, fie că era vorba de teme la școală, de studiu acasă sau de treburile din casă. „Ceea ce mă îngrijorează cel mai mult", a spus tatăl, „este că Peter nu pare deloc îngrijorat". Băiatul nu a arătat nicio îngrijorare cu privire la lipsa lui de direcție și obiectivele semnificative.

În moduri oarecum diferite, Peter și Sarah au prezentat o constelație similară de trăsături. Ambii copii erau impulsivi. Ambii păreau să știe cum ar trebui să se comporte, dar niciunul nu s-a comportat de fapt în conformitate cu ceea ce știau. Ambii au fost lipsiți de reflexie, nu au reușit să se gândească înainte de a acționa și au fost dați la reacții de balansare a pendulului. Fiecare grup de părinți a vrut să știe dacă ar trebui să fie îngrijorați. Pentru părinții lui Sarah, probabil că răspunsul meu a fost nu. Sarah avea doar patru ani: aceste trăsături mergeau cu teritoriul. Dacă totul s-ar desfășura așa cum ar trebui, următorii câțiva ani de dezvoltare ar aduce diferențe semnificative în atitudinea și comportamentul lui Sarah. Părinții lui Peter aveau totuși motive să fie neliniștiți. Avea paisprezece ani și, cel puțin în acest fel, personalitatea lui nu se schimbase de când era preșcolar.

Atât Sarah, cât și Peter au manifestat ceea ce am ajuns să numesc sindromul preșcolarului, comportamente adecvate oricărui copil preșcolar. În această etapă de dezvoltare, o serie de funcții psihologice nu sunt încă integrate în copil - o lipsă de funcționare integrativă care este un semnal roșu pentru imaturitatea psihologică. Singurii, desigur, care au „dreptul” de dezvoltare de a se comporta ca preșcolari sunt preșcolari. La un copil mai mare sau adult, o astfel de lipsă de integrare indică o imaturitate care este defazată cu vârsta.

Creșterea fizică și funcționarea fiziologică a adultului nu sunt însoțite automat de maturizarea psihologică și emoțională. Robert Bly, în cartea sa The Sibling Society, expune imaturitatea ca fiind endemică în societatea noastră. „Oamenii nu se deranjează să crească și toți suntem pești care înoată într-un rezervor de jumătate adulți”, scrie el. În lumea de astăzi, sindromul preșcolarului afectează mulți copii cu mult peste anii preșcolari și poate fi observat chiar la adolescenți și adulți. Mulți adulți nu au atins maturitatea – nu au stăpânit să fie indivizi independenți, automotivați, capabili să-și îngrijească propriile nevoi emoționale și să respecte nevoile celorlalți.

Printre numeroasele motive pentru care maturitatea este din ce în ce mai puțin răspândită astăzi, orientarea către egali este probabil principalul vinovat. Imaturitatea și orientarea către egali merg mână în mână. Cu cât apariția mai devreme a orientării către semeni în viața unui copil și cu cât este mai intensă preocuparea față de semeni, cu atât este mai mare probabilitatea de a fi destinat copilăriei perpetue.

Peter era foarte orientat spre colegi. Nu era clar ce a fost mai întâi: imaturitatea lui îl făcuse atât de susceptibil de a deveni orientat către colegi sau orientarea timpurie la egal la egal a fost cauza dezvoltării sale oprite? Cauzalitatea poate merge în ambele direcții, dar odată formată, orientarea către colegi blochează problema. Oricum, copiii orientați spre egali nu reușesc să crească.

CE ÎNSEAMNĂ A FI IMATUR

Pe măsură ce ne maturizăm, creierul nostru dezvoltă capacitatea de a amesteca lucrurile împreună, de a păstra diferite percepții, simțuri, gânduri, sentimente și impulsuri toate în același timp, fără a deveni confuz în gândire sau paralizat în acțiune. Aceasta este capacitatea pe care am numit-o „funcționare integrativă” când, chiar mai sus, am menționat sindromul preșcolarului. Atingerea acestui punct în dezvoltare are un efect extraordinar de transformare și civilizație asupra personalității și comportamentului. Atributele copilăriei, precum impulsivitatea și egocentrismul, dispar și începe să apară o personalitate mult mai echilibrată. Nu se poate învăța creierul să facă asta; capacitatea de integrare trebuie dezvoltată, crescută în. Vechii romani aveau un cuvânt pentru acest tip de amestec: temperament. Acest verb înseamnă acum „a regla” sau „a modera”, dar inițial se referea la amestecarea diferitelor ingrediente pentru a face lut. Atât Sara, cât și Petru erau „nemodificați” în experiență și expresie. A nu fi temperat – incapabil de a tolera sentimente amestecate în același timp – este semnul distinctiv al imaturului.

De exemplu, Sarah era destul de afectuoasă față de părinții ei, dar, la fel ca majoritatea copiilor, se simțea frustrați din când în

când. Când era frustrată, ea avea acces la crize de furie până la punctul de a spune „te urăsc” mamei ei. Frustrările lui Sarah față de mama ei, la nivelul ei de dezvoltare, nu au fost niciodată temperate de afecțiune, la fel cum frustrările ei de a cădea pe gheață nu au fost temperate de dorința ei de a patinaj artistic. De aici impulsivitatea ei. În mod similar, atunci când Petru a izbucnit, a fost cu insulte și nume. Deși previzibil și în mod repetat avea să aibă probleme, teama lui față de consecințele negative a fost eclipsată de orice frustrare intensă pe care o trăia în acel moment. Din nou, sentimentele nu s-au amestecat. Amândoi acești copii și-au pierdut cumpătul în adevăratul sens al cuvântului și, ca urmare, reacțiile lor au fost stridente, insolente și neatenuate.

Pe aceeași linie, Peter nu a putut asimila ideea de muncă, deoarece conceptul necesită sentimente amestecate. Munca nu este adesea foarte atractivă, dar în general o facem pentru că ne putem amesteca rezistența față de ea în momentul de față cu un angajament sau un scop pe care îl putem avea în vedere pe termen lung. Prea imatur pentru a se ține de un scop dincolo de satisfacția imediată, Peter a lucrat doar când avea chef și asta nu era foarte des. Era conștient de nu mai mult de un sentiment la un moment dat. În acest sens, el nu era diferit de orice preșcolar. Eșecul său de a suporta gânduri, sentimente și scopuri conflictuale în conștiința lui a fost o moștenire a orientării către semeni.

PLANUL NATURII PENTRU CREȘTERE

În goana noastră obișnuită de a ne da seama ce să facem în legătură cu aceasta sau cutare problemă, ignorăm adesea primul pas esențial al privirii, reflectării și înțelegerii. Nu ne putem permite să omitem acest pas atunci când vine vorba de creșterea copiilor în lumea haotică de astăzi. Trebuie să știm cum funcționează lucrurile, astfel încât să putem înțelege ce poate merge prost - aceasta este o necesitate pentru prevenire sau, dacă este necesar, un remediu. Ceea ce urmează este o schiță în miniatură a maturizării, un proces despre care fiecare părinte și profesor ar trebui să aibă cunoștințe

practice. Pentru mulți va afirma pur și simplu ceea ce au înțeles deja intuitiv.

Cum se maturizează tinerii oameni? Una dintre cele mai semnificative descoperiri ale teoriei dezvoltării a venit în anii 1950, când oamenii de știință au descoperit că există o ordine consistentă și previzibilă a procesului de maturizare, oricând și oriunde are loc. Prima fază implică un fel de scindare, sau diferențiere, urmată de o a doua fază care aduce o integrare din ce în ce mai mare a elementelor separate. Această secvență este valabilă indiferent dacă organismul este vegetal sau animal și dacă domeniul este biologic sau psihologic și dacă entitatea este o singură celulă sau entitatea complexă pe care o numim eu.

Maturarea se desfășoară mai întâi prin procesul de divizare, despărțind lucrurile până când devin distincte și independente. Numai atunci dezvoltarea va amesteca aceleași elemente distincte și separate împreună. Este simplu și, în același timp, profund – un proces pe care îl vedem chiar și la cel mai elementar nivel. Embrionul crește mai întâi prin împărțirea în celule separate, fiecare având propriul nucleu și limite distincte. Apoi, odată ce celulele individuale s-au separat suficient astfel încât să nu fie în pericol de fuziune, centrul dezvoltării devine interacțiunea dintre ele. Grupuri de celule devin integrate în organe funcționale. La rândul lor, organele distincte se dezvoltă separat și apoi devin organizate și integrate în sistemele corpului - de exemplu, inima și vasele de sânge formează sistemul cardiovascular. Același model este urmat și cu cele două emisfere ale creierului. Regiunile creierului în curs de dezvoltare la început funcționează destul de independent unele de altele din punct de vedere fiziologic și electric, dar apoi se integrează treptat. Pe măsură ce o fac, copilul prezintă noi abilități și comportamente. Acest proces continuă până în anii adolescenței și chiar și mai departe.

Maturarea în domeniul psihologic implică diferențierea elementelor conștiinței — gânduri, sentimente, impulsuri, valori, opinii, preferințe, interese, intenții, aspirații. Diferențierea trebuie să aibă loc înainte ca aceste elemente ale conștiinței să poată fi

amestecate pentru a produce experiență și expresie temperată. La fel este și în domeniul relațiilor: maturizarea presupune ca copilul să devină mai întâi unic și separat de ceilalți indivizi. Cu cât devine mai diferențiată, cu atât este mai capabilă să se amestece cu ceilalți fără a-și pierde simțul de sine.

Mai fundamental, sentimentul de sine trebuie mai întâi să se separe de experiența interioară, o capacitate total absentă la copilul mic. Copilul trebuie să poată ști că nu este identic cu orice sentiment care se întâmplă să fie activ în ea într-un anumit moment. Ea poate simți ceva fără ca acțiunile ei să fie neapărat dominate de acel sentiment. Ea poate fi conștientă de alte sentimente, conflictuale, sau de gânduri, valori, angajamente care ar putea fi în contradicție cu sentimentul momentului. Ea poate alege.

Atât Petru, cât și Sara nu aveau o relație cu ei înșiși, deoarece această diviziune prealabilă nu avusese încă loc. Nu li s-a dat să reflecteze asupra experienței lor interioare, să fie de acord sau să nu fie de acord cu ei înșiși, să aprobe sau să dezaprobe ceea ce vedeau în interior. Deoarece sentimentele și gândurile lor nu erau suficient de diferențiate pentru a rezista amestecării, ei erau capabili de un singur sentiment sau impuls la un moment dat. Niciunul dintre ei nu a primit afirmații de genul „O parte din mine se simte așa și o parte din mine se simte așa”. Niciunul dintre ei nu a avut experiențe „pe de altă parte” și nici nu s-a simțit ambivalent în legătură cu izbucnirea în frustrare sau despre evitarea lucrurilor. Fără capacitatea de reflecție, ele erau definite de experiența interioară a momentului. Ei au jucat imediat orice emoții au apărut în ei. Ar putea fi experiența lor interioară, dar nu au putut să o vadă. Această incapacitate i-a făcut impulsivi, egocentrici, reactivi și nerăbdători. Pentru că frustrarea nu se amesteca cu grija, nu aveau răbdare. Pentru că mânia nu s-a amestecat cu iubirea, ei nu au arătat nicio iertare. Pentru că frustrarea nu se amesteca nici cu frica, nici cu afecțiunea, ei și-au pierdut cumpătul. Pe scurt, le lipsea maturitatea.

Ar fi fost nerezonabil să ne așteptăm ca Sarah să fie capabilă de sentimente amestecate sau ca ea să fie altceva decât nemodificată în expresia ei. Era prea tânără. Era cu siguranță rezonabil să ne

așteptăm la auto-reflecție și la capacitatea de a tolera impulsuri și emoții amestecate ale lui Peter, dar și complet nerealist. Nu era mai matur decât Sarah.

M-am simțit încrezător în a-i asigura pe părinții lui Sarah că există o mulțime de dovezi ale unui proces de maturizare foarte activ care se desfășoară în ea. Ea a prezentat semne încurajatoare ale procesului de diferențiere la locul de muncă: era dornică să facă lucrurile singură și îi plăcea să-și dea seama singură. Cu siguranță și-a dorit să fie propria ei persoană și să aibă propriile ei gânduri, idei și motive pentru a face lucrurile. Avea, de asemenea, o energie minunată de aventură – o curiozitate pentru lucruri de care nu era familiarizată sau de care nu era atașată, o dorință de a explora necunoscutul și o fascinație pentru orice nou sau nou. În plus, ea s-a angajat în jocuri solitare, care era imaginativă, creativă și complet mulțumită de sine. Aceste semne revelatoare ale procesului de maturizare au oprit orice îngrijorare cu privire la eșecul de dezvoltare a lui Sarah. Personalitatea ei se maturiza și, la vremea lui, avea să vină roadele. Răbdarea era ceea ce se cerea.

Nu am putut găsi niciun semn vital similar de viață emergentă la Peter. Nu exista singurătate creativă, nici dorință de a-și da seama singur de lucruri, nici mândrie de a fi autosuficient, nici încercare de a fi propria lui persoană. Era preocupat de granițele cu părinții săi, dar nu era vorba de o individualizare cu adevărat, ci doar de a-și ține părinții departe de viața lui. Rezistența lui de a se sprijini de părinți nu a fost motivată de dorința de a face singur lucrurile. El era opozițional și contrar, dar, așa cum am discutat în capitolul 6, doar din intensitatea atașamentelor de semeni și nu dintr-o dorință autentică către independență.

Maturarea este spontană, dar nu inevitabilă. Este ca un program de calculator preinstalat pe hard disk, dar nu neapărat activat. Dacă Peter nu s-a blocat, era pe cale să devină unul dintre acei adulți încă prinși în sindromul preșcolarului. Dar cum să deblochezi copiii ca Peter? Ce activează procesul de maturare?

CUM POATE FI ÎNVORAȚIȚI CU MATURAREA

Deși părinții și profesorii le spun mereu copiilor să „crească”, maturizarea nu poate fi comandată. Nu se poate învăța un copil să fie un individ sau să-l antreneze să fie propria lui persoană. Aceasta este doar lucrarea maturizării și maturizării. Putem să hrănim procesul, să oferim condițiile potrivite, să înlăturăm impedimentele, dar nu putem face un copil să crească mai mult decât putem ordona plantelor din grădina noastră să crească.

Având de-a face cu copiii imaturi, ar putea fi nevoie să le arătăm cum să acționeze, să tragem limitele a ceea ce este acceptabil și să articulăm care sunt așteptările noastre. Copiii care nu înțeleg corectitudinea trebuie învățați să ia pe rând. Copiii care nu sunt încă suficient de maturi pentru a aprecia impactul acțiunilor lor trebuie să primească reguli și prescripții pentru o conduită acceptabilă. Dar un astfel de comportament scris nu trebuie confundat cu lucrul real. Nu poți fi mai matur decât este cu adevărat, acționează așa doar atunci când este îndemnat corespunzător. A face pe rând, pentru că este corect, este cu siguranță civil, dar a face pe rând dintr-un sentiment autentic de corectitudine nu poate veni decât din maturitate. A-ți cere scuze poate fi potrivit situației, dar a-ți asuma responsabilitatea pentru acțiunile cuiva poate proveni doar din procesul de individuare. Nu există niciun substitut pentru maturizarea autentică, nicio scurtătură pentru a ajunge acolo. Comportamentul poate fi prescris sau impus, dar maturitatea vine din inimă și din minte. Adevărata provocare pentru părinți este de a ajuta copiii să crească, nu doar să arate ca niște adulți.

Dacă disciplina nu este un remediu pentru imaturitate și dacă scenariul este util, dar insuficient, cum ne putem ajuta copiii să se maturizeze? Ani de zile, mentaliștii în dezvoltare s-au nedumerit asupra condițiilor care au activat maturizarea. Descoperirea a venit doar atunci când cercetătorii au descoperit importanța fundamentală a atașamentului.

Oricât de surprinzător ar fi să spunem, povestea maturizării este destul de simplă și de la sine înțeleasă. Ca multe altele în dezvoltarea copilului, începe cu atașamentul. După cum am explicat în capitolul 2, atașamentul este prima prioritate a viețuitoarelor.

Doar atunci când există o anumită eliberare de această preocupare poate avea loc maturizarea. La plante, rădăcinile trebuie mai întâi să prindă pentru ca creșterea să înceapă și să dea roade să devină o posibilitate. Pentru copii, agenda ultimă de a deveni viabilă ca ființă separată poate prelua doar atunci când nevoile lor sunt satisfăcute de atașament, de cultivare a contactului și de a putea depinde necondiționat de relație. Puțini părinți și chiar mai puțini experți înțeleg acest lucru intuitiv. „Când am devenit părinte", mi-a spus un tată atent care a înțeles, „am văzut că lumea părea absolut convinsă că trebuie să-ți formați copiii – să le formați în mod activ caracterele, mai degrabă decât să creați pur și simplu un mediu în care ei să se poată dezvolta și prospera. Nimeni nu părea să înțeleagă că dacă le oferi conexiunea amoroasă de care au nevoie, ei vor înflori."

Cheia activării maturizării este să ai grijă de nevoile de atașament ale copilului. Pentru a promova independența, trebuie mai întâi să invităm dependența; pentru a promova individualizarea trebuie să oferim un sentiment de apartenență și unitate; pentru a ajuta copilul să se separe trebuie să ne asumăm responsabilitatea de a ține copilul aproape. Ajutăm un copil să renunțe, oferind mai mult contact și conexiune decât caută el însuși. Când cere o îmbrățișare, îi dăm una mai caldă decât ne dă el. Eliberăm copiii nu făcându-i să lucreze pentru dragostea noastră, ci lăsându-i să se odihnească în ea. Ajutăm un copil să facă față despărțirii pe care o presupune mersul la culcare sau la școală satisfacându-i nevoia de apropiere. Astfel, povestea maturizării este una a paradoxului: dependența și atașamentul favorizează independența și separarea autentică.

Atașamentul este pântecele maturizării. Așa cum uterul biologic dă naștere unei ființe separate în sens fizic, atașamentul dă naștere unei ființe separate în sens psihologic. În urma nașterii fizice, agenda de dezvoltare este de a forma pentru copil un pântec de atașament emoțional din care să se poată naște din nou ca un individ autonom, capabil să funcționeze fără a fi dominat de pulsiuni de atașament. Oamenii nu-și depășesc niciodată nevoia de a se conecta cu ceilalți și nici nu ar trebui, dar oamenii maturi, cu

adevărat individuali, nu sunt controlați de aceste nevoi. A deveni o ființă atât de separată necesită întreaga copilărie, care în vremurile noastre se întinde cel puțin până la sfârșitul anilor adolescenței și poate și mai departe.

Trebuie să eliberăm un copil de preocuparea pentru atașament, astfel încât să poată urmări agenda naturală a maturizării independente. Secretul pentru a face acest lucru este să vă asigurați că copilul nu trebuie să muncească pentru a-și satisface nevoile de contact și apropiere, pentru a-și găsi orientarea, pentru a se orienta. Copiii trebuie să le satisfacă nevoile de atașament; numai atunci poate avea loc o schimbare a energiei spre individuare, procesul de a deveni o persoană cu adevărat individuală. Abia atunci copilul este eliberat să se aventureze înainte, să crească emoțional.

Foamea de atașament seamănă foarte mult cu foamea fizică. Nevoia de hrană nu dispare niciodată, așa cum nevoia de atașament a copilului nu se oprește niciodată. Ca părinți, eliberăm copilul de căutarea îngrijirii fizice. Ne asumăm responsabilitatea pentru hrănirea copilului, precum și pentru a oferi un sentiment de siguranță în ceea ce privește furnizarea. Indiferent de câtă mâncare are un copil în acest moment, dacă nu există un sentiment de încredere în aprovizionare, obținerea de alimente va continua să fie prioritatea principală. Un copil nu este liber să-și continue învățarea și viața până când nu se rezolvă problemele legate de hrană, iar noi, părinții, facem asta în mod normal. Datoria noastră ar trebui să ne fie la fel de transparentă pentru a satisface foamea de atașament a copilului.

În cartea sa On Becoming a Person, psihoterapeutul Carl Rogers descrie o atitudine caldă și grijulie pentru care a adoptat expresia „apreciere pozitivă necondiționată”, deoarece, a spus el, „nu are condiții de valoare atașate.” Aceasta este o grijă, a scris Rogers, „care nu este posesivă, care nu cere nicio mulțumire personală. Este o atmosferă care pur și simplu demonstrează că îmi pasă; nu îmi pasă de tine dacă te comporți așa și așa.” Rogers rezuma calitățile unui terapeut bun în relație cu clienții săi. Înlocuiți părintele pentru terapeut și copilul pentru client și avem o descriere elocventă a ceea

ce este necesar într-o relație părinte-copil. Dragostea părintească necondiționată este nutrientul indispensabil pentru creșterea emoțională sănătoasă a copilului. Prima sarcină este de a crea spațiu în inima copilului pentru a avea certitudinea că ea este tocmai persoana pe care părinții o doresc și o iubesc. Ea nu trebuie să facă nimic sau să fie diferit pentru a câștiga acea iubire – de fapt, ea nu poate face nimic, deoarece acea iubire nu poate fi câștigată sau pierdută. Nu este condiționată. Este doar acolo, indiferent de partea din care acționează copilul – „bine" sau „rău". Copilul poate fi nervos, neplăcut, plângăcios, necooperant și pur și simplu nepoliticos, iar părintele o lasă în continuare să se simtă iubită. Trebuie găsite modalități de a transmite inacceptabilitatea anumitor comportamente fără a face copilul să se simtă neacceptat. Ea trebuie să fie capabilă să-și aducă neliniștea, caracteristicile ei mai puțin plăcute părintelui și să primească în continuare dragostea necondiționată a părintelui, absolut satisfăcătoare, care induce securitatea.

Un copil trebuie să experimenteze suficientă siguranță, suficientă iubire necondiționată, pentru ca schimbarea necesară de energie să aibă loc. Este ca și cum creierul spune: „Mulțumesc foarte mult, de asta aveam nevoie și acum ne putem descurca cu adevărata sarcină de dezvoltare, de a deveni o ființă separată. Nu trebuie să continui să vânez combustibil; rezervorul meu a fost umplut, așa că acum pot să iau din nou drumul." Nimic nu poate fi mai important în schema de dezvoltare a lucrurilor.

Tatăl lui Evan, în vârstă de unsprezece ani, un prieten al coautorului meu, tocmai terminase un seminar de weekend despre relațiile de familie și acum, într-o dimineață de luni, mergea cu fiul său în drum spre școală. Făcu presiuni pe Evan să-și continue cursul de karate, o activitate căreia băiatul i-a rezistat. „Știi, Evan", i-a spus tatăl, „dacă rămâi la karate, o să te iubesc. Și știi ce altceva? Dacă nu rămâi în karate, te voi iubi la fel de mult." Copilul nu a spus nimic timp de câteva minute. Apoi, deodată, ridică privirea spre cerul acoperit și îi zâmbi tatălui său. — Nu-i așa că este o zi frumoasă, tată? el a spus. „Nu sunt acei nori frumoși acolo sus?"

După încă câteva momente de tăcere, a adăugat: „Cred că îmi voi lua centura neagră”. Și și-a continuat studiile de arte marțiale.

Chiar și adulții pot experimenta efectele acestei schimbări de dezvoltare a vitezelor, în condițiile potrivite. O situație care poate produce un val de energie emergentă este experiența de a fi profund îndrăgostit și de a te simți foarte sigur în acea iubire. Oamenii proaspăt îndrăgostiți experimentează o reînnoire a intereselor și a curiozității, un sentiment acut de unicitate și individualitate și o trezire a unui spirit de descoperire. Nu vine de la cineva care ne împinge să fim maturi și independenți, ci din faptul că suntem profund împliniți și săturați de nevoile noastre de atașament.

Impiedicarea dezvoltării atât de mulți dintre copiii noștri este incapacitatea lor de a face acea schimbare de la căutarea satisfacerii foamei lor de atașament la apariția unui angajament independent și exuberant cu lumea lor. Există cinci motive, importante pe care părinții și educatorii să le înțeleagă, pentru care orientarea la egal la egal le fură copiilor capacitatea de a se sătura.

ORIENTAREA PEER IMPULSĂ CREȘTEREA ÎN CINCI MODURI SEMNIFICATIVE

Îngrijirea parentală nu poate trece

Un efect al orientării către egali este că dragostea și îngrijirea pe care le avem pentru copiii noștri nu pot trece. Acesta a fost cu siguranță cazul în situația lui Peter și pentru mulți dintre părinții cu care am discutat. Nu exista nicio îndoială că părinții lui Petru îl iubeau, își doreau ce era mai bun pentru el și erau dispuși să se sacrifice pentru el. Cu toate acestea, ei, la fel ca mulți părinți aflați în situația lor, le-a fost greu să mențină dragostea în absența oricărui fel de reciprocitate din partea fiului lor și chiar mai descurajanți atunci când el le-a respins activ propunerile, le-a respins afecțiunea și le-a resentit orice comunicare de interes. din

partea lor. Peter pur și simplu nu permitea căldurii și grijii părinților săi să se cufunde.

Văd atât de multe situații în care un copil este în mijlocul abundenței, un banchet virtual întins în fața lui, dar suferă de malnutriție psihologică din cauza problemelor de atașament. Nu poți hrăni pe cineva care nu stă la masa ta. Toată dragostea din lume nu ar fi suficientă pentru a duce copilul la punctul de cotitură – cordonul ombilical trebuie să fie cuplat pentru ca hrana să treacă. Este imposibil să satisfaci nevoile de atașament ale unui copil care nu se atașează în mod activ de persoana care dorește și este capabilă să asigure acele nevoi. Atunci când un copil înlocuiește părinții cu semeni ca fiind principalele figuri de atașament, ea va căuta îngrijirea emoțională față de semeni. În mod clar, este excepțional ca atașamentele de la egal la egal să satisfacă vreodată acea foame de atașament. Schimbarea de dezvoltare a energiei nu are loc niciodată. Deoarece nu există nicio trecere de la atașament la individualizare, orientarea către semeni și imaturitatea merg mână în mână.

Atașamentele de la egal la egal, a fi nesigur, nu pot aduce un copil să se odihnească

Relațiile între semeni leagă ființe imature. După cum am subliniat în capitolul anterior, ei sunt în mod inerent nesiguri. Ei nu pot permite unui copil să se odihnească de hrana necruțătoare pentru aprobare, iubire și semnificație. Copilul nu este niciodată liber de căutarea apropierii. În loc de odihnă, orientarea către semeni aduce agitație. Cu cât copilul este mai orientat către colegi, cu atât neliniștea devine mai răspândită și mai cronică. Indiferent cât de mult contact și conexiune există cu colegii, proximitatea nu poate fi niciodată luată de la sine înțeles sau păstrată. Un copil care își hrănește popularitatea în rândul celorlalți – sau suferă din lipsa acesteia – este conștient de fiecare nuanță, amenințat de fiecare cuvânt, privire, gest nefavorabil. Cu colegii, punctul de cotitură nu este

niciodată atins: căutarea apropierii nu se transformă niciodată în aventura ca o ființă separată. Datorită naturii lor extrem de condiționate, relațiile între semeni – cu puține excepții – nu pot promova creșterea sinelui în curs de dezvoltare al copilului. O excepție ar fi prietenia copiilor care sunt în siguranță în atașamentele lor adulte; în astfel de cazuri, acceptarea și tovărășia unui egal poate crește sentimentul de securitate al copilului. Simțindu-se fundamental în siguranță în relațiile sale de adulți, un astfel de copil primește o strălucire suplimentară din prieteniile între semeni – nefiind nevoit să depindă de ele, nu trebuie să se simtă amenințat de instabilitatea lor inerentă.

Copiii orientați spre egali nu se pot simți împliniți

Există încă un motiv pentru care copiii orientați spre egali sunt nesățioși. Pentru a ajunge la punctul de cotitură, un copil nu trebuie doar să fie împlinit, ci și această împlinire trebuie să se cufunde. Trebuie să înregistreze cumva în creierul copilului că dorința de apropiere și conexiune este îndeplinită. Această înregistrare nu este cognitivă sau chiar conștientă, ci profund emoțională. Emoția este cea care mișcă copilul și schimbă energia de la o agendă de dezvoltare la alta, de la atașament la individuare. Problema este că, pentru ca împlinirea să se cufunde, copilul trebuie să fie capabil să se simtă profund și vulnerabil – o experiență împotriva căreia majoritatea copiilor orientați spre egali vor fi apărați. Din motivele discutate în ultimul capitol, copiii orientați spre egali nu își pot permite să-și simtă vulnerabilitatea.

Poate părea ciudat că sentimentele de împlinire ar necesita deschidere către sentimentele de vulnerabilitate. Nu există nicio rănire sau durere în împlinire – dimpotrivă. Cu toate acestea, există o logică emoțională subiacentă acestui fenomen. Pentru ca copilul să se simtă plin, trebuie să se simtă mai întâi gol, pentru a se simți ajutat, copilul trebuie să simtă mai întâi nevoie de ajutor, pentru a se simți complet trebuie să se fi simțit incomplet. Pentru a

experimenta bucuria reuniunii, trebuie mai întâi să experimentăm durerea pierderii, pentru a fi mângâiat trebuie să fi simțit mai întâi rănit. Satul poate fi o experienta foarte placuta, dar premisa este sa poti simti vulnerabilitatea. Când un copil își pierde capacitatea de a-și simți atașamentul golit, copilul își pierde și capacitatea de a se simți hrănit și împlinit. Unul dintre primele lucruri pe care le verific în evaluarea mea asupra copiilor este existența sentimentelor de lipsă și pierdere. Este un indicator al sănătății emoționale pentru copii să poată simți ceea ce lipsește și să știe despre ce este golul. De îndată ce sunt capabili să articuleze, ar trebui să poată spune lucruri precum „Mi-e dor de tati", „M-a durut că bunica nu m-a observat", „Nu părea că te interesează povestea mea, " „Nu cred că așa și așa mă place."

Mulți copii de astăzi sunt prea apărați, prea închiși emoțional, pentru a experimenta astfel de emoții vulnerabile. Copiii sunt afectați de ceea ce lipsește, indiferent dacă simt sau nu, dar numai atunci când pot simți și știu ce le lipsește pot fi eliberați din căutarea atașamentului. Părinții unor astfel de copii nu sunt capabili să-i ducă la punctul de cotitură sau să-i aducă într-un loc de odihnă. Dacă un copil devine apărat împotriva vulnerabilității ca urmare a orientării către semeni, el devine nesățios și în relația cu părinții. Aceasta este tragedia orientării către semeni – face dragostea și afecțiunea noastră atât de inutile și de neîmplinită.

Pentru copiii care sunt nesățioși, nimic nu este niciodată suficient. Indiferent ce face cineva, cât de mult încearcă să facă lucrurile să funcționeze, câtă atenție și aprobare i se acordă, punctul de cotitură nu este niciodată atins. Pentru părinți acest lucru este extrem de descurajator și obositor. Nimic nu este la fel de satisfăcător pentru un părinte ca sentimentul de a fi sursa de împlinire pentru un copil. Milioane de părinți sunt înșelați de o astfel de experiență, deoarece copiii lor fie caută îngrijire în altă parte, fie sunt prea apărați împotriva vulnerabilității pentru a fi capabili de săturare. Insatiabilitatea îi ține pe copiii noștri blocați în treapta întâi în dezvoltare, blocați în imaturitate, incapabili să depășească instinctele de bază. Ei sunt împiedicați să-și găsească vreodată

odihnă și rămân mereu dependenți de cineva sau de ceva din afara lor pentru satisfacție. Nici disciplina impusă de părinți și nici dragostea simțită de aceștia nu pot vindeca această afecțiune. Singura speranță este să-i aducem pe copii înapoi în valul de atașament unde le aparțin și apoi să-i înmoaie până acolo unde iubirea noastră poate pătrunde și hrăni.

Ce se întâmplă atunci când nesatiabilitatea domină funcționarea emoțională a unei persoane? Procesul de maturizare este preemptat de o obsesie sau de o dependență, în acest caz pentru conexiunea cu semenii. Contactul cu colegii trezește pofta de mâncare fără a hrăni. Emotioneaza fara sa satisfaca. Rezultatul final al contactului cu colegii este de obicei o dorință urgentă de mai mult. Cu cât copilul devine mai mult, cu atât tânjește mai mult. Mama unei fetițe de opt ani a gândit: „Nu înțeleg – cu cât fiica mea petrece mai mult timp cu prietenii ei, cu atât devine mai solicitantă să se întâlnească cu ei. De cât timp are nevoie cu adevărat pentru interacțiunea socială, oricum? La fel, părinții unui tânăr adolescent s-au plâns că „de îndată ce fiul nostru vine acasă din tabără, sună imediat la telefon pentru a suna copiii cu care tocmai a fost. Cu toate acestea, este familia pe care nu a văzut-o de două săptămâni.” Obsesia pentru contactul cu semenii este întotdeauna mai gravă după expunerea la semeni, fie că este la școală sau la orele de joacă, petreceri de pijamă, retrageri de clasă, ieșiri sau tabere. Dacă contactul cu semenii s-ar sătura, momentele de interacțiune între semeni ar duce automat la un joc autogenerat, la singurătate creativă sau la reflecție individuală.

Mulți părinți confundă acest comportament nesățios cu o nevoie validă de interacțiune între semeni. Aud din nou și din nou unele variante de „dar copilul meu este absolut obsedat să se întâlnească cu prietenii. Ar fi crud să-l privez.” De fapt, ar fi mai crud și mai iresponsabil să răsfățăm ceea ce alimentează atât de clar obsesia. Singurul atașament de care copiii au cu adevărat nevoie este cel care îi hrănește și îi satisface și îi poate aduce la odihnă. Cu cât copilul este mai exigent, cu atât indică mai mult o obsesie fugitivă.

Nu puterea manifestă copilul, ci disperarea unei foame care nu face decât să crească odată cu mai mult contactul cu semenii.

Copiii orientați spre egali nu se pot lăsa

Accentul meu până acum în acest capitol s-a concentrat pe săturarea foametei de atașament ca cheie pentru eliberarea copilului de preocuparea față de atașament. Cu toate acestea, există oameni care s-au maturizat bine fără să se fi bucurat vreodată, în copilărie, de un atașament nutritiv cu un adult. Cum poate fi aceasta? Explicația este că există o a doua cheie pentru a debloca procesul de maturare. S-ar putea numi „ușa din spate a maturizării", deoarece este mult mai puțin evident și, în multe privințe, este opusul sățierii. Acest punct de cotitură emoțional vine atunci când, în loc să fie împlinit de ceea ce funcționează, creierul copilului înregistrează că foamea de atașament nu va fi satisfăcută în această situație sau în acest moment. Inutilitatea care se ascunde vine din aspirațiile eșuate - neatragerea atenției tatălui sau a fi special pentru bunica, eșecul de a-și face un prieten sau de a avea pe cineva cu care să se joace. Poate fi cauzată de incapacitatea unui copil de a scăpa de a se simți singur sau de a fi cel mai mare și cel mai bun, contează cel mai mult pentru cineva, de a găsi un animal de companie pierdut, de a ține mama acasă sau de a împiedica familia să se mute. Lista dorințelor potențial zadarnice s-ar putea extinde de la cel mai banal exemplu de dorință zădărnicită de apropiere cu cineva până la cea mai profundă pierdere a atașamentului.

Circuitele noastre emoționale sunt programate să ne elibereze de căutarea contactului și a apropierii nu numai atunci când foamea de atașament este împlinită, ci și atunci când înțelegem cu adevărat că dorința de a se împlini este zadarnică. Renunțarea la o dorință de care suntem atașați este cel mai dificil chiar și pentru adulți, fie că este vorba de dorința ca toată lumea să ne placă sau ca o anumită persoană să ne iubească sau să devenim puternici din punct de vedere politic. Până când nu acceptăm că ceea ce am încercat să facem nu se poate face și nu experimentăm pe deplin dezamăgirea și tristețea care urmează, putem merge mai departe cu viața noastră.

Ca creaturi imature de atașament, copiii experimentează în mod natural impulsurile de a ține, de a lua contact, de a cere atenție, de a poseda persoana de care este atașată. Un copil poate deveni chiar consumat de această dorință până la punctul în care ea îi domină funcționarea. Numai atunci când inutilitatea se înregistrează adânc în creierul emoțional se va relaxa urgența și se va termina. Pe de altă parte, dacă inutilitatea nu reușește să se cufunde, copilul va rămâne strâns de nevoile obsesive de atașament și va persista în urmărirea de neatins.

Ca și în cazul împlinirii, inutilitatea trebuie să se cufunde pentru ca schimbarea energiei să aibă loc, schimbarea care duce la acceptare, de la frustrare la un sentiment de pace cu modul în care sunt lucrurile. Nu este suficient să-l înregistrezi intelectual, trebuie simțit profund și vulnerabil, chiar în inima sistemului limbic, în centrul circuitului emoțional al creierului. Inutilitatea este un sentiment vulnerabil, care ne aduce față în față cu limitele controlului nostru și cu ceea ce nu putem schimba. Sentimentele de inutilitate sunt unele dintre primele care apar atunci când un copil este apărat împotriva vulnerabilității. Drept urmare, copiii orientați spre egali sunt extrem de lipsiți de astfel de emoții. În ciuda faptului că relațiile lor cu semenii sunt atât de pline de frustrare și pierdere, ei vorbesc rar despre sentimente de dezamăgire, tristețe și durere. După cum vom vedea într-un capitol ulterior, incapacitatea de a trece de la frustrare la inutilitate, de la „nebun la trist”, este o sursă majoră de agresiune și violență.

La copii, unul dintre cele mai evidente semne ale inutilității care se afundă este lăcrimarea ochilor. Există un mic organ în creier care orchestrează acest semn revelator. Adesea învățăm să ne ascundem lacrimile ca adulți, dar impulsul de a plânge este legat de sentimente de inutilitate. Desigur, există și alte experiențe care ne pot emoționa până la lacrimi, cum ar fi ceva în ochi, ceapa, durerea fizică și frustrarea. Lacrimile inutilității sunt declanșate de diferite circuite neurologice și sunt unice din punct de vedere psihologic. Se simt diferit pe obrajii noștri. Ele sunt însoțite de o schimbare a energiei: o tristețe sănătoasă, o retragere de la încercarea de a

schimba lucrurile. Lacrimile de inutilitate aduc de fapt o eliberare, un sentiment că ceva s-a încheiat. Ele semnalează că creierul înțelege cu adevărat că ceva nu funcționează și trebuie renunțat. Un copil mic care, de exemplu, își scapă cornetul de înghețată, dar își poate găsi lacrimile și tristețea în brațele unui adult iubitor, își va accepta pierderea, se va însenina rapid și va trece la următoarea sa aventură în lume.

Este firesc ca un copil să fie emoționat până la lacrimi de experiența a ceva nereușit în atașamentele ei. Și în acest sens, copiii orientați spre egali sunt departe de a fi naturali. Ei sunt mai predispuși să aibă ochii uscați când vine vorba de inutilitate, iar cu cât lucrurile sunt mai rele în relațiile dintre semeni, cu atât devine mai înrădăcinată rezistența lor inconștientă de a accepta inutilitatea lucrurilor. Când încetăm să plângem, este ca și cum capacitatea creierului de a procesa emoțiile – de obicei destul de flexibilă și receptivă – devine rigidă. Își pierde plasticitatea, capacitatea de dezvoltare. Fără inutilitate, ca și fără sațiere, maturizarea este imposibilă.

Orientarea la egal la egal zdrobește individualitatea

Orientarea către semeni amenință maturizarea într-un alt mod crucial: zdrobește individualitatea. Înainte de a explora de ce, trebuie să subliniem pe scurt distincția importantă dintre individualitate și individualism. Individualitatea este rodul procesului de a deveni o ființă separată din punct de vedere psihologic, care culminează cu înflorirea deplină a unicității cuiva. Psihologii numesc acest proces diferențiere sau individuare. A fi un individ înseamnă a avea propriile înțelesuri, propriile idei și limite. Este să apreciezi propriile preferințe, principii, intenții, perspective și obiective. Este să stai într-un loc ocupat de nimeni altul. Individualismul este filozofia care pune drepturile și interesele unei persoane înaintea drepturilor și intereselor comunității. Individualitatea, pe de altă parte, este fundamentul adevăratei comunități, deoarece numai indivizii autentic maturi pot coopera pe deplin într-un mod care respectă și celebrează unicitatea celorlalți.

În mod ironic, orientarea către egali poate alimenta individualismul chiar dacă subminează adevărata individualitate.

Individualitatea în devenire și independența în curs de dezvoltare necesită protecție, atât de reacțiile celorlalți, cât și de puterea propriei unități de a se atașa de ceilalți cu orice preț. Există ceva foarte vulnerabil în creșterea psihologică nou emergentă în toate manifestările ei: interes, curiozitate, unicitate, creativitate, originalitate, mirare cu ochii mari, idei noi, a face singur, a experimenta, a explora și așa mai departe. O astfel de apariție are un caracter tentativ și timid, ca o țestoasă care își scoate capul dintr-o coajă. A ne aventura în toată originalitatea noastră goală înseamnă a fi total expus reacțiilor celorlalți. Dacă reacția este prea critică sau negativă, acest spectacol de apariție se risipește rapid. Doar o persoană foarte matură poate înfrunta reacțiile celor care nu recunosc sau nu prețuiesc independența de gândire, ființă și acțiune.

Nu se poate aștepta ca copiii să primească semne de maturizare la alt copil. Nu este responsabilitatea lor și, în orice caz, sunt prea mânați de atașament pentru a onora individualitatea. Cum ar putea ei să știe că dezvoltarea propriilor intenții este sămânța valorilor viitoare? Că împărțirea lumii în „al meu” și „nu al meu” nu este antisocială, ci începutul necesar al individuației? Că dorința de a fi autorul operei și inițiatorul ideilor este calea spre a deveni propria persoană? Copiilor nu le pasă prea mult de astfel de lucruri unii în alții. Este nevoie de un adult pentru a recunoaște semințele maturității, pentru a face loc individualității și pentru a aprecia semnele timpurii ale independenței. Este nevoie de un adult pentru a vedea individualitatea ca pe o încredere sacră și pentru a-i oferi orice protecție de care are nevoie.

Totuși, dacă singura problemă ar fi incapacitatea copiilor de a încuraja și de a celebra individualitatea celuilalt, interacțiunea între semeni nu ar fi atât de grea pentru personalitatea în curs de dezvoltare. Din păcate, problema este mult mai gravă decât atât. Oamenii imaturi tind să calce în picioare orice individualitate care îndrăznește să se arate. În lumea unui copil, nu imaturitatea, ci procesele de maturizare sunt suspecte și o sursă de rușine. Copilul

emergent – copilul care este automotivat și nu este condus de nevoile de contact cu semenii – pare o anomalie, neregulată, puțin în afara drumurilor bătute. Cuvintele pe care copiii orientați spre egali le folosesc pentru un astfel de copil sunt extrem de critice, cuvinte precum ciudat, prost, retardat, ciudat și tocilar. Copiii imaturi nu înțeleg de ce acești ceilalți emergenti și în curs de maturizare se străduiesc atât de mult să se înțeleagă, de ce caută uneori singurătate în loc de companie, de ce pot fi curioși și interesați de lucruri care nu îi implică pe alții, de ce pun întrebări în clasă . Trebuie să fie ceva în neregulă cu acești copii și pentru asta merită să le fie rușine. Cu cât este mai puternică orientarea către semeni a unui copil, cu atât va supăra mai intens și va ataca individualitatea altui copil.

Așa cum individualizarea este amenințată din exterior de reacțiile semenilor, ea este subminată și de dinamica internă a copilului orientat spre egali. Individualitatea este grea pentru atașamentele colegilor. Puține relații orientate spre egali pot suporta greutatea copilului care devine propria lui persoană, având propriile preferințe, își spune părerea, își exprimă propriile judecăți, ia propriile decizii. Când atașamentul față de semeni este preocuparea principală, individualitatea trebuie sacrificată. Copilului imatur acest sacrificiu i se pare corect. Modificarea personalității ei, diminuarea adevăratei ei expresii de sine și suprimarea oricăror opinii sau valori contradictorii par a fi cursul firesc al acțiunii. Ea nu trebuie să permită ca individualitatea ei să se interpună între ea și semenii ei. Pentru ființele imature, prietenia – prin care înseamnă atașamentul de semeni – trebuie să vină întotdeauna înaintea sinelui. Creaturile atașate și-ar vinde de bunăvoie dreptul de naștere al individualității pentru o acceptare simbolică din partea semenilor, fără nicio idee despre sacrilegiu de dezvoltare pe care tocmai l-au comis. Până când nu există viabilitate ca ființă separată, nu se formează chiar un instinct de auto-conservare.

Kate este mama lui Claire, în vârstă de șapte ani, pe care o învață acasă. „O persoană micuță destul de îngrijită și unică la șapte ani”, spune Kate despre fiica ei, „cu independență de spirit. Cu toate

acestea, după mai mult de câteva ore cu colegii ei, nu se întoarce tocmai ea însăși. Limbajul ei nu este al ei și își asumă manierele prietenilor ei. Apoi este nevoie de câteva ore pentru ca eul ei Claire să reapare. Dar pe măsură ce îmbătrânește, cu atât este din ce în ce mai capabilă să se mențină."

În anii de orientare spre colegi ai fiicei mele Tamara, ea nu și-a putut exprima părerile și nici măcar să aibă gânduri care ar duce la conflict cu prietenii ei. Aproape am putut-o vedea cum se micșorează pentru a se potrivi în parametrii oricărei relații pe care o păstra. Când am încurajat-o să fie ea însăși cu Shannon – fata care devenise orientarea ei principală – a avut mari dificultăți chiar și să înțeleagă ce vreau să spun. Deși Tamara a excelat din punct de vedere academic, a fost stânjenită de realizările ei și s-a străduit să-și ascundă notele de colegii săi. Orice copil orientat spre egali cunoaște treaba: nu spune și nu face nimic care s-ar putea reflecta rău asupra celorlalți și riscă să-i alungi. Ea știa intuitiv că aceste relații nu îi puteau lua greutatea, dar în loc să permită dezvoltării să-și urmeze cursul, ea a încercat să se facă suficient de mică pentru a se potrivi.

Lumea în care trăiesc copiii noștri devine din ce în ce mai neprietenoasă cu procesele naturale de maturizare. În universul orientat spre egali, maturizarea și individuarea sunt văzute ca dușmani ai atașamentului. Unicitatea și individualitatea devin impedimente în calea succesului în cultura de la egal la egal.

Este datoria noastră, ca părinți, să cultivăm atașamente cu copiii noștri care să facă loc individualizării. Individualitatea unui copil nu ar trebui să fie niciodată prețul cerut pentru căldură și apropiere. Trebuie să le oferim copiilor noștri ceea ce nu se pot da unul altuia: libertatea de a fi ei înșiși în contextul acceptării iubitoare – o acceptare pe care colegii imaturi nu o pot oferi, dar pe care noi adulții o putem și trebuie să o oferim.

10 O MOȘTENIRE DE AGRESIUNE

Helen, în vârstă de nouă ani, a stat în fața unei oglinzi într-o zi și a făcut tăieturi vicioase din pletele întunecate, lăsând-o aproape fără păr în față. Când mama lui Helen, uluită și alarmată, a cerut să știe despre ce a fost acel comportament, copilul a îndreptat capătul ascuțit al foarfecelor spre ea și a țipat insulte.

Emily, în vârstă de cincisprezece ani, a fost trimisă de mama ei să mă vadă pentru că se tăia și se tăia. Impulsurile ei de atac erau îndreptate nu doar împotriva ei înșăși. Nimic și nimeni nu a scăpat de sarcasmul și ostilitatea ei clocotită, cu excepția prietenilor ei. Chiar și-a batjocorit titlurile de pe raftul meu. Deși mi s-a părut că spiritele ei sunt răcoritoare și inteligența ei impresionantă, a fost greu de suportat felul în care își distruse părinții și fratele ei mai mic. Critică fără milă, le-a vorbit neîncetat. Ostilitatea ei era implacabilă.

Părinții lui Helen sunt prietenii mei. În anul anterior acestei izbucniri neașteptate de agresiune din partea fiicei lor, au trecut printr-o perioadă foarte grea în căsnicia lor. Timpul și energia lor fuseseră absorbite de necazurile lor în relație, lăsând-o pe Helen să caute contact emoțional de la semenii ei, unde nu a reușit.

După cum ilustrează experiența lui Emily, chiar dacă Helen și-ar fi atins obiectivul de acceptare de la egal la egal, nevoile ei emoționale ar fi rămas încă nesatisfăcute. Emily devenise, la vârsta de zece ani, foarte orientată spre colegi, în urma luptei mamei sale cu cancerul. Incapabil să facă față vulnerabilității evocate de posibilitatea de a o pierde, Emily reacționase împingându-și mama departe. Vidul creat de retragerea din atașamentul ei matern se umpluse de semeni. Acești colegi însemnau acum totul pentru ea. A

urmat agresivitatea exprimată în acțiunile, cuvintele și atitudinile ei. Atacarea membrilor familiei este prea tipică copiilor orientați spre egali, lăsând părinții și frații răniți. În cele mai multe cazuri, atacurile nu vor fi fizice, dar atacurile verbale și ostilitatea emoțională pot fi extrem de uzătoare, alienante și rănitoare.

Agresivitatea este una dintre cele mai frecvente plângeri ridicate de părinți și profesori în aceste zile. A fost principala preocupare a părinților lui Kirsten, Melanie și Sean. În timp ce agresivitatea nu este întotdeauna legată de orientarea către semeni, cu cât copilul este mai orientat către egali, cu atât mai probabil că agresivitatea va face parte din imagine.

Pe măsură ce orientarea către semeni crește într-o societate, la fel va crește și agresiunea din copilărie. Au fost șase mii de incidente violente raportate de consiliul școlar din New York City în 1993, comparativ cu un singur incident violent din 1961. Numărul de agresiuni grave în rândul tinerilor canadieni a crescut de cinci ori în ultimii cincizeci de ani, în timp ce în Statele Unite, a crescut. de șapte ori. Abuzul tot mai mare asupra părinților de către copiii lor a făcut obiectul recentului raport Cottrell către Health Canada. Într-un sondaj, patru din cinci profesori au raportat că au fost atacați de elevi, dacă nu fizic, atunci prin amenințări intimidante și agresiuni verbale. Când definiția agresiunii este extinsă pentru a include autoatacul, statisticile sinuciderilor devin foarte tulburătoare. Încercările cu rezultate fatale s-au triplat în rândul copiilor în ultimii cincizeci de ani. Sinuciderile în rândul copiilor de zece până la paisprezece ani au crescut cu cel mai rapid ritm.

Mulți adulți de astăzi ezită să se confrunte cu grupuri de tineri pe care nu îi cunosc, de teamă să nu fie atacați. O astfel de reținere era practic necunoscută cu o generație sau două în urmă. Aceia dintre noi care există de ceva vreme pot simți diferența pe care au făcut-o câteva decenii.

Rapoartele mass-media despre agresiune asupra copiilor sunt abundente: „Adolescent respins se întoarce la petrecere cu o armă, ucigând trei”, „Tineri îngrămădiți de adolescenți, în stare critică”, „Gancă de copii, cu vârste între 10 și 13 ani, implicați în crime

violente", „Flunked" elevul se întoarce la școală, ucigând profesorul." Într-o relatare din octombrie 2002 despre atacul mortal de către un grup de tineri cu vârste cuprinse între zece și optsprezece ani asupra unui bărbat de treizeci și șase de ani din Chicago, Associated Press citează un martor spunând: „L-au lovit [cu greble, cutii de lapte și lilieci] și țipând, spunând: „Hei, lasă-mă să folosesc asta..." Era ca un joc pentru ei." În câteva săptămâni de la acel eveniment sângeros, două crime comise de adolescenți în provinciile adiacente de vest au șocat publicul canadian. Cadavrul unei soții în vârstă de treizeci și nouă de ani și al mamei a trei copii a fost găsit în mijlocul rămășițelor unui incendiu incendiat în mod deliberat la casa familiei din Maple Ridge, Columbia Britanică. Câteva ore mai târziu, poliția a reținut un tânăr de cincisprezece ani în automobilul femeii moarte. „Era la volan și fuma un trabuc. În mașină se aflau alți cinci tineri." Adolescentul a fost acuzat de crimă de gradul I. Remarcabilă în această relatare este aparenta nonșalanță a acestui criminal-crimăn, în compania semenilor săi.*

Atrocitățile violente ale adolescenților unii împotriva altora au devenit subiectul titlurilor: la liceul Columbine din Colorado; în Tabor, Alberta; în Liverpool, Anglia. Dar să te concentrezi asupra statisticilor sumbre și a poveștilor media despre violența sângeroasă înseamnă a rata impactul total al agresiunii copiilor în societatea noastră. Cele mai grăitoare semne ale agresiunii și violenței nu sunt în titluri, ci în cultura de la egal la egal - limba, muzica, jocurile, arta și divertismentul la alegere. O cultură reflectă dinamica participanților săi, iar cultura copiilor orientați spre egali este din ce în ce mai mult o cultură a agresiunii și violenței. Apetitul pentru violență se reflectă în bucuria indirectă a acesteia nu numai în muzică și filme, ci și în curțile școlii și în sălile școlii. Copiii alimentează ostilitățile între semenii lor, mai degrabă decât să-i dezamorseze, îi încurajează pe alții să lupte, mai degrabă decât să-i descurajeze de la violență. Făptuitorii sunt doar vârful aisbergului. Într-un studiu în curtea școlii, cercetătorii au descoperit că majoritatea școlarilor erau susceptibili să susțină pasiv sau să încurajeze activ actele de agresiune și agresiune; mai puțin de unul

din opt a încercat să intervină. Cultura și psihologia violenței au devenit atât de înrădăcinate încât colegii și-au exprimat în general mai mult respect și plăcere față de bătăuși decât față de victime.

Cele mai răspândite forme de agresiune din copilărie și adolescență nu sunt luptele și atacurile care fac obiectul studiilor sau statisticilor, ci gesturile, cuvintele și acțiunile de atac care sunt modurile zilnice de interacțiune între copiii orientați spre egali. Atacurile pot fi emoționale, dezvăluite în ostilitate, antagonism și dispreț. Ele pot fi exprimate în gesturi nepoliticoase sau în mișcarea ochilor peste cap, sau în cuvinte prin insulte și dezamăgiri. Atacul poate fi în tonul vocii, într-un gest batjocoritor, în strălucirea ochilor, în postura corpului, în sarcasmul unui comentariu sau în răceala unui răspuns. Agresivitatea poate fi îndreptată către ceilalți sau exprimată prin crize de furie și crize. Poate fi, de asemenea, îndreptată spre sine în auto-depreciere, cum ar fi „Sunt atât de prost”, auto-ostilitate precum „Mă urăsc”, lovitură în cap, autovătămare și gânduri și impulsuri suicidare. Atacurile pot fi îndreptate către existența însăși, cum ar fi „O să te ucid” sau „Am să mă sinucid”. Atacurile la adresa existenței pot fi și psihologice, ca în ostracism, în pretinderea că altul nu există sau refuzul de a recunoaște prezența cuiva. Lista este nesfârșită. Cu alte cuvinte, esența agresiunii transcende formele flagrant de violente care au devenit subiectul politicilor larg răspândite, dar zadarnice de „toleranță zero” care sunt adoptate în prezent în școli și alte instituții care se ocupă cu un număr mare de copii. Având în vedere natura omniprezentă a agresiunii, toleranța zero este superficială în concept și imposibil de realizat în practică.

Agresivitatea, ca și dragostea, este în natura motivației de bază – ceea ce te mișcă. În cazul agresiunii, este impulsul de a ataca. De unde toată această agresiune? Ce duce agresivitatea copiilor la noi culmi? De ce copiii orientați spre egali sunt atât de predispuși la violență? Răspunsurile nu stau în statistici, ci în înțelegerea care sunt rădăcinile agresiunii și modul în care orientarea către colegi hrănește aceste rădăcini. Numai dând sens agresiunii putem înțelege

cu adevărat escaladarea acesteia în lumea în care trăiesc copiii noștri.

Orientarea către colegi nu este cauza principală a agresiunii. Copiii mici și preșcolari și alți copii care nu sunt cel puțin orientați spre colegii pot fi agresivi. Agresiunea și violența au făcut parte din istoria omenirii încă de la începutul timpurilor. Agresiunea este una dintre cele mai vechi și mai provocatoare probleme umane; orientarea către egali este relativ nouă. Însă orientarea către semeni stârnește puternic focurile agresiunii și o transformă în violență.

FORTA MOTORĂ A AGRESIUNII

Ce determină o persoană să atace? Frustrare. Frustrarea este combustibilul agresiunii. Desigur, frustrarea nu va duce automat la agresiune mai mult decât un aport de oxigen va provoca automat un incendiu. După cum vom vedea, frustrarea poate duce și la alte rezultate, destul de incompatibile cu agresivitatea. Numai în absența unei rezoluții mai civilizate la frustrare, creșterea acesteia duce la agresiune. Orientarea către colegi nu numai că crește frustrarea la un copil, dar scade și probabilitatea de a găsi alternative pașnice la agresiune.

Frustrarea este emoția pe care o simțim atunci când ceva nu funcționează. Ceea ce nu funcționează poate fi o jucărie, o slujbă, corpul cuiva, o conversație, o cerere, o relație, cafetiera sau foarfeca. Oricare ar fi, cu cât contează mai mult pentru noi că „acesta” ar trebui să funcționeze, cu atât devenim mai agitați când nu funcționează. Frustrarea este o emoție profundă și primitivă, atât de primitivă, de fapt, încât există și la alte animale. Frustrarea nu este ceva neapărat conștient, dar, ca orice emoție, ne va emoționa totuși.

Există multe declanșatoare de frustrare, dar pentru că ceea ce contează cel mai mult pentru copii – ca și pentru mulți adulți – este atașamentul, cea mai mare sursă de frustrare sunt atașamentele care nu funcționează: pierderea contactului, conexiunea împiedicată, prea multă separare, sentimentul disprețuit, pierderea. o persoană

iubită, o lipsă de apartenență sau de a fi înțeles. Deoarece suntem în general inconștienți de atașament, suntem adesea inconștienți de legătura dintre frustrarea noastră și atașamentele noastre care nu funcționează.

Legătura strânsă dintre frustrarea atașamentului și agresivitate a fost condusă acasă la mine când fiul meu Shay avea trei ani. Shay era foarte atașat de mine și a experimentat o separare relativ mică prelungită de mine până când am acceptat o invitație de pe tot continentul de a face un curs de cinci zile pentru educatori. La întoarcerea mea, agresivitatea lui Shay a crescut de la nivelul său de bază adecvat vârstei de două sau trei incidente pe zi la mai mult de douăzeci până la treizeci de ani pe zi. Nu trebuia să-l întreb de ce făcea crize de furie sau mușcă, lovea și arunca lucruri – s-a întâmplat ca subiectul seminarului pe care tocmai îl ținusem să fie rădăcinile agresiunii și violenței. Nici nu mi-ar fi putut spune. A fost frustrarea atașamentului pur și simplu, care izvorăște din adâncul interiorului. Mama lui Helen, fata menționată la începutul acestui capitol, a suferit o depresie gravă când Helen avea trei ani. Atât ea, cât și soțul ei au devenit mai puțin disponibili pentru fiica lor în timpul lungilor luni întunecate ale tulburării ei de dispoziție. Apoi, dintr-o dată, fără niciun motiv aparent, Helen a început să lovească cu alți copii de la locul de joacă, copii pe care nici nu-i cunoștea. A fost frustrarea atașamentului ei care a izbucnit într-un comportament agresiv.

Când colegii înlocuiesc părinții, sursa frustrării lor se schimbă și, în cele mai multe cazuri, va crește mai degrabă decât să scadă. Semenii ale căror atașamente principale sunt unul față de celălalt sunt frustrați pentru că le este greu să se țină aproape. Ei nu trăiesc unul cu celălalt și, prin urmare, suferă despărțire în mod continuu. Nu există niciodată nicio certitudine cu privire la găsirea favoării semenilor; a fi ales astăzi nu este o garanție a fi ales mâine. Dacă importanța pentru semeni este cea mai importantă, va exista frustrare la fiecare colț: apelurile nu sunt returnate, sunt trecute cu vederea sau ignorate, sunt înlocuite cu altul, sunt disprețuite sau refuzate. Un copil nu se poate odihni niciodată în siguranță în sensul

că este acceptat sau considerat special de către semenii săi. În plus, relațiile între semeni rareori pot rezista greutății psihologice adevărate a unui copil. Copilul trebuie să se editeze în mod constant, având grijă să nu dezvăluie diferențele sau să nu fie de acord prea vehement. Mânia și resentimentele trebuie înghițite pentru a se păstra apropierea. Nu există o bază sigură, nici un scut împotriva stresului, nicio iubire iertătoare, nici un angajament pe care să te bazezi, nici un sentiment de a fi cunoscut în mod intim în relația cu colegii. Frustrarea într-un astfel de mediu este intensă, chiar și atunci când lucrurile merg relativ bine. Adaugă puțină respingere și ceva ostracism, iar frustrarea trece peste cap. Nu e de mirare că limbajul copiilor noștri orientați spre colegi devine prost, iar temele muzicii și divertismentului lor iau întorsături agresive. De asemenea, nu este de mirare că atât de mulți dintre acești copii se atacă, își mutilează corpurile și gândesc la sinucidere. Mai puțin evident, dar mai răspândit, mulți mai mulți copii se simt incomozi cu ei înșiși. Conștient sau inconștient, ei sunt extrem de critici cu privire la propriile atribute. Și aceasta este o formă de agresiune împotriva sinelui.

Copiii care sunt blocați de frustrare caută oportunități de a ataca și sunt extrem de implicați atacând teme din muzică, literatură, artă și divertisment. Coautorul meu își amintește că a fost șocat când unul dintre fiii săi, pe atunci în pragul adolescenței, a început să se uite la programe de lupte violente la televizor și a început să poarte costume care evocau un protagonist al unui film de groază, Freddie Kruger, cu unghii ascuțite. Acest băiat, în acel moment al vieții, nu avea un atașament suficient de sigur față de părinții săi și a fost prins în niște relații extrem de frustrante cu semenii.

După cum mulți părinți au experimentat cu regret, odată ce creierul atașamentului copilului s-a apucat de semeni, încercările de a zădărnici această agendă pot evoca într-adevăr o frustrare intensă. Limitările și restricțiile impuse de părinți pot declanșa un torent de limbaj și comportament de atac care pot fi extrem de supărătoare. Matthew, în vârstă de unsprezece ani, a fost un exemplu. Își înlocuise părinții cu un coleg singuratic, Jason. Cei doi erau de

nedespărțit. Matthew a cerut să i se permită să meargă la o petrecere de Halloween peste noapte la casa lui Jason. Când părinții lui au refuzat, Matthew a izbucnit într-o asemenea ostilitate emoțională și agresiune verbală, încât părinții lui au devenit speriați de ceea ce ar putea face. Atunci m-au consultat și i-au descoperit orientarea subiacentă către colegi. O notă angoasă pe care Matthew le-a scris părinților săi a surprins o parte din frustrarea lui și agresivitatea rezultată.

> Acum, te rog doar gândește-te un minut la situația de aici. Spune că Jason vrea să facă ceva cu cineva, în mod normal m-ar suna. Dar nici nu se va deranja acum pentru că nu mă lași. Deci, în schimb, devine mai familiarizat cu alți oameni, ceea ce în mod normal ar fi în regulă, dar acum nu va fi prieten cu mine. Asta mă înnebunește al naibii!!!!!! Mă enervează atât de mult încât vreau să rănesc pe cineva și vreau să spun cu adevărat să-i dracului... Îți jur pe Dumnezeu că băiețelul tău pe care îl iubești atât de mult nu va mai fi. O să mă sinucid dacă va trebui! Poate că o să-mi tai picioarele... O dată ce nu am prieteni, nu am viață.

Nu există un sfârșit de combustibil pentru focurile de agresiune la un copil orientat spre egali.

Nu este un dat că frustrarea trebuie să ducă la agresiune. Răspunsul sănătos la frustrare este încercarea de a schimba lucrurile. Dacă acest lucru se dovedește imposibil, putem accepta cum sunt lucrurile și ne putem adapta creativ la o situație care nu poate fi schimbată. Dacă nu are loc o astfel de adaptare, impulsurile de a ataca pot fi încă ținute sub control prin temperarea gândurilor și sentimentelor - cu alte cuvinte, prin autoreglare matură. Este foarte posibil să devii intens frustrat și totuși să nu fii forțat să ataci. La copiii orientați spre colegi, rezultatele acceptabile ale frustrării sunt probabil blocate în moduri pe care le voi explica acum. Acești copii devin agresivi în mod implicit.

Există trei deficiențe majore în relațiile cu semeni care duc la îmbuteliarea frustrarii până când erupe în agresivitate.

CUM ORIENTAREA PEER FOMENTĂ AGRESIA

Copiii orientați spre egali sunt mai puțin capabili să efectueze schimbarea

Când ne simțim frustrați, prima noastră înclinație este să schimbăm tot ceea ce nu funcționează pentru noi. Putem încerca să realizăm acest lucru făcând cerințe altora, încercând să ne modificăm propriul comportament sau printr-o varietate de alte mijloace. După ce ne-a mutat la acțiune, frustrarea își va fi făcut datoria.

Problema este că viața aduce multe frustrări care ne depășesc: nu putem modifica timpul sau schimba trecutul sau anula ceea ce am făcut. Nu putem evita moartea, nu putem face ca experiențele bune să dureze, nu putem înșela realitatea, nu putem face ca ceva să funcționeze care nu funcționează sau să inducăm pe cineva să coopereze cu noi atunci când poate nu are chef. Nu suntem în stare să facem întotdeauna lucrurile drepte sau să ne garantăm siguranța noastră sau a altora. Dintre toate aceste frustrări inevitabile, cea mai amenințătoare pentru copii este că nu se pot asigura din punct de vedere psihologic și emoțional. Aceste nevoi extrem de importante – de a fi dorite, invitate, plăcute, iubite și speciale – sunt în afara controlului lor.

Atâta timp cât noi, părinții, reușim să ne ținem de copiii noștri, ei nu trebuie să se confrunte cu această inutilitate profundă, fundamentală pentru existența umană. Nu este că îi putem proteja pentru totdeauna de realitate, dar copiii nu ar trebui să se confrunte cu provocări pentru care nu sunt pregătiți. Copiii orientați spre egali nu sunt atât de norocoși. Având în vedere gradul de frustrare pe care îl experimentează, devin disperați să schimbe lucrurile, să-și asigure cumva atașamentele. Unii devin compulsiv exigenți în relațiile lor unul cu celălalt. Unii devin preocupați să devină mai

atractivi în ochii semenilor lor – de aici și creșterea mare a cererii de operații estetice în rândul tinerilor și, prin urmare, de asemenea, obsesia lor de a fi șic la modă la vârste din ce în ce mai fragede. Unii devin stăpâni, alții fermecați sau animatori. Unii se aplecă pe spate, transformându-se în covrigei psihologici pentru a păstra un sentiment de apropiere cu semenii lor. Perpetuu nemulțumiți, acești copii nu au legătură cu sursa nemulțumirii lor și se bat la o realitate asupra căreia nu au control. Desigur, aceeași dinamică poate apărea și în relațiile copiilor cu adulții – și prea des o fac – dar este absolut garantat că vor fi prezente în relațiile orientate spre egali.

Indiferent cât de mult încearcă copilul orientat spre egali să schimbe lucrurile prin pretenții, modificându-și aspectul, făcând lucrurile să funcționeze pentru alții; indiferent de modul în care își atenuează adevărata personalitate sau se compromite, va găsi doar o ușurare trecătoare. Ea nu va găsi nicio ușurare de durată din frustrarea atașamentului necruțător și va exista frustrarea suplimentară de a se lovi continuu de acest zid al imposibilității. Frustrarea ei, mai degrabă decât să ajungă la sfârșit, se apropie cu un pas de a fi transformată în agresiune, ca în cazurile Helen și Emily, menționate la începutul acestui capitol.

Copiii orientați spre egali sunt mai puțin capabili să se adapteze

Frustrarea care se confruntă cu obstacole de netrecut este menită să se dizolve în sentimente de inutilitate. În acest fel, frustrarea generează adaptare, determinându-ne să ne schimbăm atunci când nu suntem capabili să schimbăm circumstanțele care ne zădărnicesc. Un copil mutat să se adapteze nu atacă: adaptarea și agresivitatea, ambele rezultate potențiale ale frustrării, sunt incompatibile. Această dinamică a frustrării spre inutilitate este cea mai transparentă la copiii mici. Un copil mic îi cere părintelui, de obicei din motive întemeiate, să nu dorească sau să le îndeplinească. După câteva încercări nereușite de a schimba lucrurile, copilul ar trebui să fie mișcat până la lacrimi de inutilitate. Acest răspuns este un lucru foarte bun. Energia este transformată de la încercarea de a schimba

lucrurile la eliberarea. Dacă o parte din frustrare a izbucnit deja în atac, acele sentimente, de asemenea, se schimbă de la nebunie la triste. Odată ce se produce transformarea în sentimente de inutilitate, copilul se odihnește. Când frustrarea nu este convertită prin acest proces, copilul nu va renunța să încerce să-și ia drumul. Cu excepția cazului în care este distras sau răsfățat, copilul va continua să lupte împotriva inutilității și să erupă în atac până când se instalează epuizarea. Doar sentimentele de inutilitate pot permite cuiva să renunțe la un curs de acțiune care nu funcționează și să dizolve frustrarea implicată.

Creierul trebuie să înregistreze că ceva nu funcționează. Nu este suficient să crezi că ceva nu funcționează - trebuie simțit. Cu toții am avut experiența de a ști că ceva nu funcționează, dar de a continua să repetăm aceeași acțiune iar și iar. De exemplu, mulți dintre noi, în calitate de părinți, i-am spus unui copil: „Dacă ți-am spus o dată, ți-am spus de o mie de ori...” Dacă, în schimb, am lăsa să se cufunde propriul nostru sentiment de inutilitate, am fi nu persista în comportamente parentale despre care știm că nu funcționează și nu vor funcționa, indiferent de câte ori le-am repeta.

Adaptarea este un proces profund inconștient și emoțional orchestrat nu de părțile gânditoare ale cortexului cerebral, ci de sistemul limbic, aparatul emoțional al creierului. De exemplu, atunci când am pierdut o persoană iubită, fie din cauza morții, fie pur și simplu din cauza încheierii unei relații, nu este suficient să știm că este absentă pentru ca adaptarea să aibă loc. Trebuie să ne împăcăm cu asta din punct de vedere emoțional, prin valuri și valuri de inutilitate simțită. Abia atunci când inutilitatea se afundă și înțelegem la cel mai profund nivel emoțional imposibilitatea de a păstra contactul fizic și emoțional cu cineva plecat pentru totdeauna din viața noastră, vin lacrimile și începe adaptarea. Acest proces poate dura ani. Când, pentru un copil mic, zidul inutilității este ridicat la o gustare înainte de cină, adaptarea ar trebui să dureze doar câteva clipe - adică nebunul ar trebui să treacă la trist foarte repede. În cazul în care trebuie să împartă mama cu un frate, o astfel de adaptare poate dura ceva mai mult. Dar dacă lacrimile de

inutilitate nu vin niciodată, adaptarea nu va avea loc. Indiferent dacă ne lămuresc ochii sau nu, cele mai comune sentimente de inutilitate sunt tristețea, dezamăgirea și durerea. Din fericire, chiar și atunci când am învățat să ne înăbușim lacrimile, tristețea și dezamăgirea își pot face totuși treaba în facilitarea adaptării, dacă suntem capabili să experimentăm inutilitatea în interior. Dilema copiilor orientați spre egali este că sentimentele de inutilitate implică vulnerabilitate: a simți inutilitatea înseamnă a ne împăca cu limitele puterii și controlului nostru. În fuga de vulnerabilitate a copilului orientat spre egali, sentimentele de inutilitate sunt primele care sunt suprimate. Într-o cultură a răcorului, lacrimile de inutilitate sunt o sursă de rușine. Deficienți de sentimente de inutilitate, copiii orientați spre colegi sunt mult mai predispuși la agresiune.

Orientarea la egal la egal dă naștere atât la frustrare, cât și lasă lacrimile care ar fi antidotul. Helen, de exemplu, își pierduse lacrimile și acum era plină de ostilitate emoțională față de mama ei. Emily nu a vărsat niciodată o lacrimă din cauza cancerului mamei ei. În loc de lacrimi de inutilitate, ea a vărsat picături de sânge de la tăierea ei. În loc de tristețe și dezamăgire, era plină de sarcasm și dispreț. Ea a ales violența heavy metalului mai degrabă decât genul melancolic de muzică care ar fi reflectat și alinat angoasa ei. Copiii din ce în ce mai mulți se confruntă cu inutilitatea de a face lucrurile să funcționeze cu semenii lor, dar, prea întăriți pentru a lăsa inutilitatea să se cufunde, ajung să se atace pe ei înșiși și pe alții.

Când inutilitatea nu se scufundă, există și un eșec de a renunța și o neacceptare a limitelor existente. Fără adaptare nu există rezistență în fața adversității, nu există inventivitate în absența unei direcții și nici o capacitate de a se recupera după trauma trecută.

Copiii orientați spre colegi sunt blocați între o piatră și un loc greu: piatra sunt lucrurile pe care nu le pot schimba, iar locul greu este în propriile inimi.

Copiii orientați spre egali au mai puține sentimente mixte despre atac

Frustrarea poate fi, de asemenea, împiedicată să se transforme în agresiune dacă impulsurile de atac sunt controlate de impulsuri, gânduri, intenții și sentimente opuse. Când vine vorba de agresivitate, ambivalența este un lucru foarte bun. Copiii orientați spre egali sunt mult mai puțin probabil să se simtă ambivalenți în ceea ce privește atacul.

În mod normal, ținerea sub control a impulsurilor de atac este intenția de a nu răni, dorința de a fi bun, teama de represalii sau îngrijorarea cu privire la consecințe. De asemenea, atenuarea agresiunii este un sentiment de alarmă cu privire la înstrăinarea celor de care suntem atașați, sentimente de afecțiune și chiar dorința de autocontrol. Odată ce impulsurile de a ataca, ceea ce îl menține pe copil civilizat este deplasarea simultană într-o direcție opusă. Motivațiile conflictuale declanșează o conștiință civilizatoare care permite autocontrolul. Cu lipsa ambivalenței și nevoia de a ataca în prim-plan, nimic nu oprește impulsurile nepotrivite să fie puse în practică.

De ce copiii orientați spre egali sunt mult mai puțin probabil să se simtă ambivalenți în ceea ce privește atacul? În primul rând, datorită dezvoltării lor oprite, este mai probabil ca ei să aibă o natură neîmblânzită de sentimente amestecate și impulsuri conflictuale. Acesta este sindromul preșcolar discutat în capitolul 9 – impulsivitatea care decurge din imaturitatea psihologică. Nu contează ce știe un copil impulsiv, cât de bune pot fi intențiile lui, cât de des a fost predat, cât de pedepsitoare pot fi consecințele; odată ce frustrarea lui s-a acumulat suficient, toate acestea vor fi eclipsate de nevoia lui de a ataca.

Al doilea motiv pentru care copiii orientați spre egali sunt mai puțin probabil să se simtă ambivalenți este absența forței de atenuare a atașamentului. După cum am explicat în capitolul 2, natura bipolară a atașamentului primitiv ne determină să respingem pe cei de care nu suntem atrași. Când, pentru a satisface foamea de atașament a copilului, conexiunea și apropierea sunt căutate de la semeni, practic toți ceilalți sunt lăsați să fie atacați - frați, părinți și profesori.

De asemenea, sunt supuși atacului acei colegi de care copilul nu este interesat să se atașeze. Încă o dată, o astfel de agresiune poate lua mai multe forme, altele decât atacul fizic: gura proastă, batjocorirea, ignorarea, jignirea, ostilitatea emoțională, injuriile, dezamăgirile, antagonismul, disprețul.

Astfel, orientarea către semeni declanșează impulsuri de atac și, în același timp, înlătură imunitatea naturală a membrilor familiei și a altor adulți responsabili de copil. De aici și abuzul tot mai mare asupra părinților de către copiii lor și asupra profesorilor de către elevii lor.

O altă influență puternică de temperare este alarma psihologică. O parte semnificativă a creierului este dedicată unui sistem de alarmă elaborat. Anxietatea este o alarmă emoțională care ne avertizează asupra pericolului, fie că este vorba despre atac sau amenințarea de a fi separați de cei care contează pentru noi. Îngrijorarea pentru a intra în necazuri, teama de a fi rănit, îngrijorarea cu privire la consecințe, anxietatea în legătură cu alienarea celor dragi sunt mecanisme menite să mute copilul la prudență. Atacul este o afacere riscantă. Însuși gândul la asta, la un copil capabil de emoții amestecate, ar trebui să trezească sentimente de alarmă care să-i țină sub control agresivitatea.

Dificultatea de a ne simți alarmat este că ne face să ne simțim și vulnerabili. De fapt, conștientizarea că ni se poate întâmpla ceva rău este însăși esența vulnerabilității. Din cauza fuga lor de vulnerabilitate, mulți copii orientați spre egali își pierd sentimentele de frică. Ei pot deveni în continuare alarmați la nivel fiziologic, dar în mod conștient nu mai experimentează sentimentul de alarmă sau vulnerabilitatea care îi însoțește. Ei nu mai vorbesc despre a fi speriați sau nervoși sau speriați.

Odată ce sentimentele de alarmă sunt amorțite, chimia alarmei - adrenalina - poate deveni atrăgătoare și chiar captivantă. Copiii ale căror emoții sunt oprite ca apărare împotriva vulnerabilității pot, de fapt, să atragă pericol pentru adrenalina pe care o creează - de aici, fără îndoială, popularitatea crescândă a „sporturilor extreme”.

Cu cât un copil este mai intens orientat către colegi, cu atât este mai puțin probabil să se simtă îngrijorat și precaut. Cercetările asupra creierului arată că până la o treime dintre adolescenții noștri delincvenți nu mai au activitate normală a creierului în zona în care se presupune că se înregistrează alarma. Fără un declanșator funcțional în creier pentru alarmă, impulsurile unei persoane de a ataca sunt susceptibile de a erupe în forme violente.

Impactul alcoolului ilustrează această relație. Sentimentul de alarmă care ține în frâu impulsurile agresive este amorțit de alcool, fie că alarma este despre a te răni sau a avea probleme sau despre înstrăinarea pe cineva important pentru noi. Când o persoană ingeră alcool, părțile creierului său care în mod normal inhibă agresivitatea sunt suprimate. Nu ar trebui să fie surprinzător faptul că alcoolul este implicat într-un procent ridicat de crime violente. Copiii cred că alcoolul le dă „bile”; în realitate, nu face decât să le îndepărteze frica. Cu toate acestea, creierul este pe deplin capabil să ne amorțeze sentimentele de alarmă fără nicio asistență din partea alcoolului sau a altor droguri și va face acest lucru dacă circumstanțele sunt prea copleșitoare. Auto-amorțirea emoțională este scopul prea multor dintre copiii noștri orientați spre egali. Desigur, odată ce copiii orientați spre egali ajung la adolescență, sunt, de asemenea, mai predispuși să bea, crescând probabilitatea de agresiune.

Încercarea de a stinge focurile agresiunii la copiii noștri orientați spre egali este în sine un exercițiu de inutilitate. Până când această inutilitate se cufundă, totuși, și nu vom găsi propria noastră tristețe în legătură cu această stare de lucruri, este puțin probabil să ne schimbăm felurile. Ne aflăm într-o situație îngrozitoare cu copiii noștri orientați spre egali. Cu cât devin mai mult, cu atât sunt mai înclinați spre agresivitate, dar și cu atât mai puțin receptivi la disciplina noastră. Cu cât sunt mai agresivi, cu atât devenim mai înstrăinați și mai absenți, lăsând un gol și mai mare de umplut cu semenii lor. Tendința noastră automată, în astfel de circumstanțe, este să ne concentrăm atenția și eforturile asupra agresiunii, mai

degrabă decât asupra problemei de bază a atașamentelor greșite direcționate ale copiilor noștri. Oricât de supărătoare și înstrăinată ar fi problema, nu ne putem permite să facem din agresivitate centrul central. Singura noastră speranță de a schimba lucrurile este să ne revendicăm copiii și să le restabilim atașamentul față de noi.

Adolescentul a fost condamnat de atunci pentru crimă. Povestea lui de viață este una a abandonului timpuriu, a pierderii în serie a atașamentelor adulților și, în consecință, înrădăcinarea în grupul de colegi.

11 FACEREA BĂUTĂȘILOR ȘI A VICTIMELOR

BĂUTĂSII AU fost ÎNTOTDEAUNA cu noi, așa cum știe oricine familiarizat cu personajul fanfaș, dar laș, Flashman din clasicul băieți victorian Tom Brown's School Days. Cu toții ne putem aminti episoade de agresiune din copilăria noastră, indiferent dacă am fost participanți, martori sau victime. Cu toate acestea, fenomenul bullying-ului a atins abia recent proporții încât să devină subiect de alarmă socială pe scară largă. Potrivit New York Times, „într-unul dintre cele mai mari studii efectuate vreodată asupra dezvoltării copilului, cercetătorii de la Institutele Naționale de Sănătate [S.U.A.] au raportat că aproximativ un sfert din toți copiii de școală gimnazială au fost fie făptuitori, fie victime (sau în unele cazuri). , ambele) de hărțuire gravă și cronică, comportament care a inclus amenințări, ridiculizare, insulte, loviri cu pumni, palme, batjocuri și batjocuri."

Este rar acum să găsești un district școlar din America de Nord care să nu fi considerat necesar să instituie programe antibullying sau să emită edicte de „toleranță zero" împotriva comportamentului de agresiune. Cu toate acestea, sursele agresiunii sunt puțin înțelese. Măsurile propuse pentru a face față acesteia sunt previzibil ineficiente, deoarece, ca de obicei, ele caută să abordeze comportamente mai degrabă decât cauze. În 2001, de exemplu, New York Times a raportat că, în urma unei împușcături mortale în liceu provocată de episoade de agresiune în Santee, California, Senatul statului Washington a adoptat o legislație menită să restrângă această problemă. Potrivit raportului, „susținătorii proiectului de lege spun că poate ajuta doar la evitarea mai multor violențe, dar scepticii au remarcat că liceul din California, unde a avut loc

împușcătura, avea deja programe anti-bullying, inclusiv prevederi pentru sfaturi anonime despre elevii care fac amenințări și programe pentru a ajuta. adolescenții se înțeleg, ca unul numit „Numele ne pot răni cu adevărat”.

Într-un studiu menționat în capitolul anterior, cercetătorii de la Universitatea York au studiat casete video cu cincizeci și trei de episoade de hărțuire la locul de joacă în rândul elevilor de școală elementară și au descoperit că mai mult de jumătate din timp cei din jur au observat batjocuri și violență pasiv, în timp ce aproape un sfert din când unii dintre ei s-au alăturat să ia victima.

O crimă care a atras atenția internațională în 1997, cea a adolescentei Reena Virk din Victoria, Columbia Britanică, de către colegii săi, amintea în mod coșmarist de Domnul muștelor. Reena avea paisprezece ani în momentul morții sale, iar ucigașii ei acuzați erau în decurs de un an sau doi de a fi contemporani ei. La fel ca în romanul lui William Golding, un grup de adolescenți s-au întors împotriva celor mai vulnerabili din grupul lor, frustrările și furia lor nu s-au dezvăluit pe deplin până când corpul ei a rămas lovit și înecat. Unul dintre criminali ar fi fumat o țigară în timp ce ținea cu nonșalanță capul victimei sub apă. Mulți dintre cei care nu au participat direct au fost martori la bătaie, nimeni nu făcând niciun efort puternic pentru a interveni, nimeni nu a fost ulterior mutat să raporteze incidentul autorităților. Niciun adult nu a aflat despre ucidere timp de câteva zile.

În Lord of the Flies, un grup de cori britanici sunt părăsiți pe o insulă tropicală. Lăsați în voia lor, ei se împart spontan în bătăuși și agresați, până la crimă. Interpretarea pe care mulți au dat-o romanului Golding este că copiii adăpostesc o sălbăticie neîmblânzită sub un strat subțire de civilizație și că numai forța autorității le poate ține în frâu impulsul înnăscut de brutalizare. Această impresie este întărită de proliferarea rapoartelor media despre copii care victimizează alți copii. Deși este adevărat că neprezența adulților în viața copiilor este o cauză majoră a agresiunii, dinamica reală implică nu lipsa autorității adulților, ci lipsa atașamentelor adulților. Mai exact, scăderea autorității

adulților este direct legată de slăbirea atașamentelor față de adulți și deplasarea acestora de către atașamentele de la egal la egal. Cu hărțuirea, ca și cu moștenirea violenței în general, vedem efectele orientării către egali. Putem observa de fapt același fenomen în lumea animală.

Într-un laborator de maimuțe de la Institutul Național de Sănătate din SUA, un grup de sugari a fost separat de adulți și, implicit, crescuți doar unul de altul. Spre deosebire de maimuțele crescute la adulți, un număr mare dintre aceste animale orientate spre egali au manifestat un comportament de agresiune și au devenit impulsive, agresive și autodistructive.

Într-o rezervație a vieții sălbatice din Africa de Sud, gardienii parcului devin îngrijorați de sacrificarea unor rinoceri albi rari. Braconierii au fost inițial învinuiți, dar mai târziu s-a dovedit că un grup de elefanți tineri necinstiți era responsabil. Episodul a atras atât de mult atenția încât a fost raportat în programul TV „60 de minute". Un cont de internet oferă detalii:

> Povestea a început acum un deceniu, când parcul nu a mai putut susține populația de elefanți. [Rangers] au decis să omoare mulți dintre elefanții adulți ai căror pui erau suficient de mari pentru a supraviețui fără ei. Și astfel, tinerii elefanți au crescut fără tată. Pe măsură ce timpul a trecut, mulți dintre acești elefanți tineri au rătăcit împreună în bande și au început să facă lucruri pe care elefanții nu le fac în mod normal. Au aruncat cu bastoane și apă în rinoceri și s-au comportat ca bătăușii din cartier... Câțiva tineri masculi au devenit deosebit de violenți, doborând rinoceri și călcând sau îngenunchând pe ei, zdrobind viața din ei... Soluția a fost să aducă un mascul mare care să conducă. pentru a le contracara comportamentele de agresor. Curând noul mascul a stabilit dominația și i-a pus pe tinerii tauri în locul lor. Uciderea a încetat.

În ambele cazuri, vedem că hărțuirea în rândul animalelor a urmat distrugerii ierarhiei generaționale naturale. Și în rândul

copiilor umani, fenomenul bullying este un produs direct al subversiunii ierarhiei naturale, ca urmare a pierderii relațiilor adulte. În Lord of the Flies, copiii sunt lăsați în voia lor în urma unui accident de avion căruia niciunul dintre adulții lor care îi îngrijesc nu supraviețuiesc. În uciderea Reenei Virk în Victoria, atât victima, cât și atacatorii ei erau tineri din medii familiale cu probleme, care erau extrem de orientați spre egali, care și-au pierdut atașamentele emoționale cu adulții. Chiar și bătăușul din epoca victoriană Flashman a fost produsul unui sistem care a scos băieții foarte tineri din casele lor și i-a plasat în instituții în care valorile egale le dominau viața socială și relațiile. Bullying-ul a fost întotdeauna o caracteristică endemică a școlilor britanice de băieți.

Problema de bază nu este comportamentul în sine, ci pierderea ierarhiei naturale a atașamentului cu adulții la conducere. Când tinerii nu mai pot privi la părinți pentru a se orienta, ei sunt reduși la instinct și impuls. După cum voi discuta, un instinct de dominare apare atunci când există o pierdere a atașamentelor adecvate. Din păcate, dinamica comportamentului de agresiune, atât de adânc înrădăcinată în instinct și emoție, este adesea trecută cu vederea. Doar ceea ce ne vede imediat, comportamentul de agresiune și impactul său deplorabil asupra victimelor atrag îngrijorarea tuturor.

Ceea ce ne captează în mod deosebit atenția este epidemia de hărțuire din școlile noastre. Stereotipul tradițional nord-american al bătăușului ca un inadaptat social, dezavantajat social, care stăpânește pe cei slabi și vulnerabili, dar ostracizat de mainstream, nu mai este valabil. În lumea copiilor noștri, bătăușii nu sunt proscriși. De multe ori se bucură de o distribuție mare de susținere, cel puțin la școală. Un studiu publicat în 2000 de Asociația Americană de Psihologie a constatat că „mulți băieți extrem de agresivi și antisociali din școala elementară sunt răsplătiți cu popularitate”. Autorul principal al acestei cercetări a fost Philip Rodkin, profesor la Universitatea Duke din Carolina de Nord. „Când ne gândim la copiii agresivi, avem tendința să ne gândim la copiii care sunt perdanți, stigmatizați și scăpați de sub control”, a spus dr. Rodkin. „Dar aproximativ o treime dintre acești copii agresivi sunt

lideri ai grupurilor din sala de clasă. Acești copii pot avea o mare influență asupra colegilor lor și asupra clasei în ansamblu, chiar dacă sunt o minoritate, din cauza statutului lor înalt."

Este popular, dar greșit să credem că bullying-ul are originea într-un eșec moral sau provine din abuz în casă sau din lipsa de disciplină sau din expunerea la violență în mass-media de divertisment. Unele aspecte ale hărțuirii pot apărea din astfel de surse, dar bullying-ul în sine, sunt convins, este în mod fundamental un rezultat al unui eșec al atașamentului. În fiecare dintre exemplele anterioare, copiii și animalele au rămas orfani, fizic sau emoțional și psihologic. Pentru a studia efectul creșterii la egal la egal, maimuțele au fost separate de părinții lor; părinții elefanților fuseseră uciși într-un sacrificare. Adulții din Lord of the Flies muriseră, iar adolescenții Victoria au fost tăiați de părinții lor. Toți – animale și copii deopotrivă – au suferit de un gol intolerabil de atașament. Comportamentul lor de hărțuire a fost o expresie a ființelor imature care nu erau încadrate în mod corespunzător într-o ierarhie naturală a atașamentelor. Ce cercetări există susțin tocmai o astfel de concluzie. Un studiu raportat în New York Times a sugerat că, cu cât copiii mici petrec mai mult timp în compania colegilor și departe de părinți, cu atât sunt mai predispuși să dezvolte comportament de agresiune. Potrivit articolului din Times, „Tinerii care au petrecut mai mult de 30 de ore pe săptămână departe de mamă aveau șanse de 17% să ajungă ca bătăuși și făcători de probleme de grădină, comparativ cu doar 6% dintre copiii care au petrecut mai puțin de 10 ore pe săptămână. la îngrijirea de zi."

DOMINARE FĂRĂ PASĂ

De ce atașamentele subvertite ale unui copil îl predispun să devină un bătăuș sau, de altfel, să devină o victimă? Am explicat că rolul principal al atașamentului în viața umană este acela de a face posibil ca un adult matur și educat să aibă grijă de un copil mic imatur și nevoiaș.

În acest scop, primul lucru în orice relație de atașament este stabilirea unei ierarhii de lucru. După cum sa discutat în capitolul 5,

în circumstanțe normale, creierul de atașament atribuie copilului un mod dependent, în timp ce adultul are un rol dominant. Cu toate acestea, instinctul de a-și asuma o poziție dominantă sau dependentă poate fi activat în orice relație de atașament, chiar dacă ambele părți sunt imature și nici una nu este în măsură să se ocupe de nevoile celeilalte. Dependentul se uită la celălalt pentru a fi îngrijit, în timp ce cel dominant își asumă responsabilitatea pentru bunăstarea celuilalt. Între copii și adulți, împărțirea adecvată a rolurilor este evidentă sau ar trebui să fie. Când subiecții sunt copii și copii, rezultatul poate fi dezastruos. Unii copii caută dominație fără a-și asuma nicio responsabilitate pentru cei care li se supun, în timp ce alți copii devin supuși celor care nu îi pot hrăni. Rezultatul orientării către egali este că atașamentul puternic îi îndeamnă pe copiii imaturi, care ar trebui să fie în condiții egale între ei, într-o ierarhie nefirească de dominație și supunere.

Unii copii dominanți devin de fapt găini-mamă, având grijă de cei mai mici, îngrijind de cei nevoiași, apărând pe cei vulnerabili și protejându-i pe cei slabi. Există povești încântătoare despre copii care au grijă de copii în absența adulților. Copiii alfa pot fi stăpâni și prescriptivi și înclinați să-și ordoneze puii, dar este în scopul de a avea grijă de persoanele aflate în întreținere și de a-și îndeplini responsabilitățile. Cineva trebuie să o facă, iar acești copii se ridică la înălțime. În ciuda modurilor lor de șef, nu sunt bătăuși. Ei nu se iau pe cei slabi, ci doar pe cei care se incurca cu copiii de care au grija. Ei nu atacă vulnerabilitatea atunci când o văd, ci doar pe cei care ar profita de ea. Ei nu au o strigă răutăcioasă, doar un instinct de protecție feroce. Ei pot lupta sau certa, dar nu pentru a-și ridica poziția, ci doar pentru a-și apăra persoanele aflate în întreținere. Clasicul american, The Boxcar Children de Gertrude Chandler Warner, este o relatare fictivă îndrăgită a copiilor care își asumă responsabilitatea unii pentru alții. Patru frați și surori orfani decid să aibă grijă unul de celălalt decât să caute adăpost la un bunic pe care niciunul dintre ei nu-l cunoaște. Henry, cel mai în vârstă, își găsește chiar de lucru pentru a-și întreține frații.

Copiii (sau adulții) devin bătăuși atunci când efortul pentru dominație nu este cuplat cu simțul instinctual al responsabilității pentru cei de mai jos în ordinea generală. Nevoile celorlalți sunt mai degrabă înjosite decât servite, vulnerabilitatea nu este protejată, ci exploatată, slăbiciunea evocă batjocură în loc să ajute și, în loc de îngrijorare, handicapurile declanșează ridicol.

Dominanța nu provoacă îngrijire, deoarece fuga de vulnerabilitate a agresorului este de obicei atât de disperată încât el (sau ea) s-a întărit împotriva sentimentelor de grijă și responsabilitate. Bătăușii sunt, mai presus de toate, opriți din punct de vedere psihologic împotriva conștientizării a tot ceea ce le-ar crește sentimentul de vulnerabilitate – orice i-ar deschide spre a experimenta în mod conștient capacitatea lor de a fi răniți emoțional. Bătăușii sunt orbi față de deficiențele și greșelile lor. Pentru bătăuși, invulnerabilitatea este o virtute - a fi fără lacrimi și neînfricat. Să-ți pese înseamnă să fii investit emoțional în ceva sau cineva. A te simți responsabil înseamnă a fi deschis la sentimente de inadecvare și vinovăție. „Nu-mi pasă” și „Nu este vina mea” sunt mantrele bătăușului.

Bullying-ul apare atunci când nevoia determinată de atașament de a-și domina semenii este combinată cu o întărire împotriva sentimentelor de grijă și responsabilitate care ar trebui să însoțească un rol dominant. Apărarea bătăușului împotriva vulnerabilității îndoaie dominația într-o direcție distructivă.

Nu este de mirare că bullying-ul a crescut în lumea copiilor noștri.

CE ÎMPĂNĂ BĂUTĂȘI SĂ DOMINE

O persoană care domină este mult mai puțin vulnerabilă decât una aflată într-o poziție dependentă și astfel copiii care sunt cei mai închiși emoțional sunt și cei mai predispuși să caute dominația asupra celorlalți.

Cu siguranță, unii copii sunt pregătiți din punct de vedere psihologic să devină bătăuși înainte de a fi vreodată orientați către colegi. În astfel de cazuri, orientarea către semeni, chiar dacă nu

este cauza, oferă copilului o oportunitate ample de a-și pune în practică impulsurile de a agresa.

Uneori, dorința de dominare poate fi urmărită la o experiență dureroasă în timp ce copilul era într-un rol dependent. Când un părinte sau un îngrijitor a abuzat de poziția sa de responsabilitate stăpânind asupra copilului, călcându-i demnitatea, rănindu-l, nu este surprinzător că și-ar dezvolta dorința de a evita cu orice preț o funcție dependentă. În orice situație nouă de atașament, el va căuta instinctiv primul loc. În copilărie, Frank trăise cu un tată vitreg care îl bătea în mod regulat. Când colegii i-au înlocuit pe părinți ca atașamentele care contau pentru el, acest copil de doisprezece ani era disperat să iasă în frunte. A emulat exact ce i s-a făcut. În acest fel, și nu prin gene, bătăușii pot naște bătăuși.

Un copil poate fi, de asemenea, predispus să devină un bătăuș dacă părintele nu a reușit să-i dea sentimentul sigur că există un adult competent, benign și puternic. Copilul, oricât de mult s-ar putea opune îndrumării părinților și luptă pentru mai multă autonomie decât poate suporta, tânjește să simtă că este în mâinile cuiva suficient de puternic și de înțelept pentru a avea grijă de ea. Eșecul părinților de a stabili dominația atașamentului pare să fie în creștere, în parte din cauza practicilor parentale contemporane și a devalorizării intuiției parentale. Se pare că mulți părinți își pun copiii în frunte, căutând la ei indicii despre cum să fie părinți. Unii părinți speră să evite supărarea și frustrarea făcând tot ce le stă în putere pentru ca lucrurile să funcționeze pentru copiii lor. Copiii astfel parentali nu se confrunta niciodata cu frustrarea necesara care insoteste infruntarea imposibilului. Sunt lipsiți de experiența de a transforma frustrarea în sentimente de inutilitate, de a renunța și de a se adapta. Alți părinți confundă respectul pentru copiii lor cu satisfacerea dorințelor lor în loc să le satisfacă nevoile. Alții încearcă să-și împuternicească copiii, oferindu-le opțiuni și explicații atunci când copilul are nevoie cu adevărat de a-i permite să-și exprime frustrarea că unele dintre dorințele lui sunt dezamăgite de realitate, să i se acorde libertatea de a critica ceva care nu va da. Încă alți părinți se uită la copiii lor pentru a-și îndeplini propriile nevoi de

atașament. Mulți părinți în climatul socioeconomic extrem de instabil de astăzi sunt prezenți pentru copiii lor fizic, dar sunt prea preocupați de stresul vieții lor pentru a fi pe deplin prezenți emoțional.

Dacă părinții sunt prea nevoiași sau prea pasivi sau prea nesiguri pentru a-și afirma dominația, instinctele de atașament îl vor muta implicit pe copil în acea poziție de dominanță. Astfel de copii pot deveni stăpâni și controlori. După cum i-a spus un copil de cinci ani mamei sale: „Cum poți să spui că mă iubești când nu faci ceea ce îți spun eu?" Un alt preșcolar i-a șoptit la urechea mamei ei: „Dacă nu mă asculți, o să te omor când voi fi mare". Când părinții nu reușesc să-și ia pozițiile de drept în relația cu copiii lor, atașamentul devine invers. Dacă propria mea practică este un indiciu, copiii vin din ce în ce mai mult să-și agreseze părinții. Când acești copii devin orientați spre egali, creierul lor selectează în mod natural modul dominant. Ei vor continua să-și agreseze colegii.

CUM BĂUTĂSII CAUTĂ DOMINAȚIA FAȚĂ DE ALȚII

Stabilirea dominației poate lua mai multe forme. Cel mai direct mod de a te înălța este să te lăudești sau să te lăudești, prezentându-te drept cel mai mare, cel mai bun, cel mai important. Cu toate acestea, cel mai obișnuit mod de a te înălța este să-i dobori pe ceilalți, iar bătăușul este de obicei preocupat să le arate altora cine este șeful și să-i țină la rând. Instrumentele meseriei sunt din belșug: condescendența, disprețul, insultele, înjosirea și înjosirea, umilirea, batjocorirea și tachinarea, rușinea. Bătăușul caută instinctiv nesiguranța din ceilalți și încearcă să o exploateze pentru câștigul ei. Bătăușilor le face mare plăcere să-i facă pe alții să pară proști sau proști sau să-i facă să se simtă rușinați. Pentru a se umfla, îi dezumflă instinctiv pe ceilalți. Ei nu trebuie să învețe cum să atingă astfel de scopuri: tehnicile necesare apar spontan din psihologia bătăușului.

Ceea ce își dorește un bătăuș, desigur, este ceea ce își dorește fiecare copil: ceva care să satisfacă foamea de atașament. Pentru bătăuș, o astfel de satisfacție trebuie să fie realizată în cel mai puțin

vulnerabil mod posibil. Dintre cele șase moduri de atașare pe care le-am enumerat în capitolul 2, a fi la fel ca cineva este cel mai puțin vulnerabil.* Pe cealaltă parte a acestei monede, diferențele devin ținta principală a insultei. Orice iese în evidență, orice face un copil unic, orice nu este apreciat în cultura de la egal la egal face din acel copil o țintă pentru bătăuș. Bătăușii sunt respinși de diferențe și domină atacând diferența celorlalți. Un alt mod mai puțin vulnerabil de atașare este să fii semnificativ, să fii important în ochii cuiva. În priceperea lor pentru superioritate, bătăușii exploatează orice inferioritate aparentă a celorlalți, la fel cum batjocoresc și devalorizează orice superioritate percepută la alții. Bătăușii nu suportă pe nimeni să fie mai important decât ei.

O altă modalitate de a obține dominația este intimidarea. Provocând frica, bătăușul câștigă avantajul. Prin urmare, el este preocupat să-i alarmeze pe alții prin amenințări, îndrăzniri, povești și tactici de sperietură. Pentru a-și consolida poziția, bătăușul nu trebuie să fie văzut niciodată ca fiind frică de nimic. Unii adolescenți fac demersuri ridicole pentru a-și dovedi neînfricarea, ardându-se sau tăiându-se și arătându-și cicatricile pentru a dovedi că nu le este frică. Puterea acestor instincte nu trebuie subestimată. Este imposibil să le vorbim cu sensul unor astfel de copii, deoarece simțul nostru nu are sens pentru ei.

Una dintre cele mai primitive moduri de a stabili dominația, desigur, este de a câștiga superioritatea fizică. Un adolescent care depunea mărturie la un proces din Toronto, în care el și trei dintre colegii săi au fost acuzați că au bătut până la moarte un băiat de cincisprezece ani, a raportat că prietenii săi s-au lăudat după agresiune. Ei „se măresc”, a spus el.

Au fost diferențe semnificative de gen în acest concurs pentru dominație, precum și multe reguli definite cultural pentru cum să o faci. Orientarea către egali a redus diferențele de gen, a dezbrăcat concursul de ea. Un alt mod de a obține dominația este să ceri deferență, comportamentul semnături al agresorului. Copiii îl percep pe agresor ca fiind nevoit să-și ia drumul și nu se oprește la nimic pentru a atinge acest scop. Ce îi face pe bătăușii atât de exigenți?

Din nou, trebuie să ne uităm la dinamica atașamentului și a vulnerabilității. Deși nu sunt conștienți de asta, bătăușii sunt plini de frustrare din cauza pierderii atașamentelor lor față de adulți și a atașamentelor sărace față de semeni. Prea apărat din punct de vedere psihologic pentru a cunoaște motivul nemulțumirii lor, ei fac cereri care sunt departe de sursele frustrării lor. Sunt prinși în capcană. Ei nu pot cere niciodată ceea ce au nevoie cu adevărat - căldură, dragoste, relație. Deferința, sau capcanele exterioare ale acesteia, este un înlocuitor slab. Astfel, orice primesc bătăușii ca răspuns la ceea ce cer ei – indiferent cât de pe deplin le sunt îndeplinite cerințele – nu poate satisface niciodată foamea fundamentală de hrană emoțională. Încercările lor de a-și împlini pofta sunt inutile, dar din moment ce nu își pot permite să experimenteze adevărata inutilitate a tuturor, nu pot renunța. Cererile agresorului sunt perpetue.

Se cere respect pentru că este un semn atât de puternic de loialitate și supunere. Nu pare să conteze pentru bătăuș că semnele de deferență sunt date nu din inimă, ci doar la cerere sau sub amenințare. Bătăușii nu ezită să ceară ceea ce nu pot comanda, să ia ceea ce nu este dat în mod liber. Inutilitatea unui astfel de efort nu se scufundă niciodată; Bătăușul este incapabil să facă diferența între semnele externe de respect și lucrul real sau să înțeleagă că apropierea și contactul oferite la cerere nu sunt autentice și nu pot satisface niciodată. Deoarece deferința pe care o extorcă cu forța nu reușește să satură, atât foamea de atașament a bătăușului, cât și frustrarea lui devin din ce în ce mai intense. Ceea ce își dorește cu adevărat – relații emoționale satisfăcătoare – nu poate obține niciodată în aceste moduri.

CE DEclanșează ATACUL UNUI BĂUDĂS

Bătăușul este provocat să atace ori de câte ori cererile sale, chiar dacă nu sunt declarate, sunt frustrate. De exemplu, bătăușii sunt extrem de sensibili la lipsa de deferență. Chiar și să-l privești în mod greșit poate declanșa o reacție. Să mergi printr-un hol în care se află bătăuși este ca și cum ai merge printr-un câmp minat, încercând cu

atâta grijă să eviți să faci o mișcare greșită de teamă să nu declanșezi ceva. Din păcate, nu este întotdeauna clar care este acea mișcare greșită până prea târziu. Pentru un copil, Justine, era să se lovească de tava unui bătăuș din cantină. Pentru Franca, a fost dansul cu un băiat pe care bătăușul clasei l-a marcat ca fiind al ei. Pentru ambele fete, greșelile lor le-au câștigat luni de zile de amenințări și hărțuiri, făcându-le viața mizerabilă și afectându-le notele, în ciuda faptului că ambii copii erau destul de pricepuți, de obicei capabili să stea departe de pericol.

Mulți copii sunt complet incapabili să trăiască fără să intre în probleme într-o lume în care domnesc bătăușii. Din păcate, unul dintre efectele principale ale orientării la egal la egal este de a provoca apărări împotriva vulnerabilității necesare pentru a citi semnele de ostilitate și respingere. Când sistemul de alarmă este dezactivat, copiii sunt mai puțin capabili să citească indiciile care ar trebui să-i mute la prudență. În acest fel, orientarea către egali nu numai că creează bătăuși, ci pregătește victimele. Acești copii nefericiți merg pentru totdeauna pe calea răului. Aceasta a fost povestea cu Reena Virk, victima bătăii și înecului din Victoria. Era intens orientată spre colegi, dar s-a apărat împotriva simțirii rănilor respingerii ei. Cu cât simțea mai mult respingerea, cu atât încerca cu mai multă disperare să aparțină. Chiar și aproape de sfârșit, ea și-a implorat dușmanii să fie drăguți cu ea și i-a rugat că îi iubește. În loc să fie alarmată și mutată la prudență, ea a mers orbește spre propria ei moarte. Această dinamică, în forme mai puțin severe, se repetă de sute de ori în fiecare zi în curțile școlilor de pe continentul nostru. Copiii intră în pericol pentru că au dezactivat cu succes indiciile sociale de respingere și mesajele rostite sau nerostite care ar trebui să-i alarmeze.

Pe lângă lipsa de respect sau nesupunere percepută, celălalt declanșator principal al agresiunii este o dovadă de vulnerabilitate. Un copil nu trebuie să arate niciodată unui bătăuș cum poate fi rănit, altfel va plăti pentru greșeala sa. Dezvăluie că ceva doare și bătăușul va întoarce cuțitul. Dezvăluie ceea ce este important, iar bătăușul va găsi o modalitate de a-l strica. A părea nevoiaș, dornic

sau entuziast înseamnă a te face o țintă. Majoritatea copiilor noștri știu acest lucru și își camuflează cu atenție vulnerabilitatea în jurul celor care ar putea să o atace. Nu pot spune că le este dor de noi sau ar deveni râsul semenilor lor. Ei nu trebuie să admită că au fost răniți de un comentariu, altfel vor fi batjocoriți fără milă. Ei nu pot mărturisi sensibilitatea sau tachinarea nu se va opri niciodată. Ei trebuie să învețe să-și ascundă frica, să nu-și arate niciodată alarma, să-și nege durerea. Pentru a supraviețui în lumea în care domnesc bătăușii, copiii noștri trebuie să acopere cu atenție toate urmele de vulnerabilitate, să șteargă toate semnele de grijă. Fără îndoială, de aceea atât de mulți copii suprimă orice sentiment de empatie față de victimele agresiunii.

În ierarhiile distorsionate create de orientarea la egal la egal, unii dintre copii devin supuși. În aceasta, ei sunt guvernați de instinct la fel de mult ca și cei mânați să domine. Confruntați cu un egal dominant, copiii supuși manifestă automat deferență. O parte a demonstrației de supunere este să arăți vulnerabilitatea, la fel cum un lup dintr-o haită se întoarce pentru a-și expune gâtul în fața liderului mai puternic. Lupul prezintă cea mai vulnerabilă parte a corpului său, indicând supunerea. Acest comportament este adânc înrădăcinat în instinctul de atașament. În circumstanțe naturale, a arăta vulnerabilitatea cuiva ar trebui să dea naștere îngrijirii. A spune că ceva doare ar trebui să trezească tandrețe. În ochii bătăușului, totuși, o astfel de vulnerabilitate nerușinată este ca un steag roșu pentru un taur, aprinzând dorința de a ataca. Atât victimele, cât și bătăușii lor își urmăresc doar instinctele inconștiente, dar cu consecințe îngrozitoare pentru victime.

SPATE ÎN ATASAMENTE

Printre predispozițiile întunecate ale bătăușilor se numără un proces ciudat pe care îl numesc „întoarcere în atașamente”. O persoană sănătoasă din punct de vedere emoțional abordează atașamentele într-un mod direct, cu capul, parcă. El își exprimă nevoile și dorințele în mod deschis, dezvăluind vulnerabilitatea. Pentru bătăuș, este mult prea riscant să caute apropierea în mod deschis. Ar

fi mult prea înfricoșător pentru un bătăuș orientat spre colegi să spună „Îmi place”, „Ești important pentru mine”, „Mi-e dor de tine când nu ești aici”, „Vreau să fii prietenul meu”. Bătăușul nu poate recunoaște niciodată foamea sa nesățioasă de conexiune și nici măcar nu o poate simți în mod conștient în cea mai mare parte a timpului.

Deci cum se atașează bătăușul? Amintiți-vă că atașamentul are atât părți negative, cât și pozitive. Am descris acest lucru în capitolul 2 ca fiind natura bipolară a atașamentului. Iată, deci, un al doilea mod negativ de a stabili conexiunea. Bătăușul încearcă să se apropie de cei a căror apropiere tânjește, îndepărtându-se de oamenii cu care nu dorește să aibă contact. Deși indirectă și mult mai puțin eficientă, această abordare prezintă, de asemenea, un risc mult mai mic de a fi rănit sau respins. Îi permite bătăușului să pară niciodată să-i pese de rezultat, să nu trădeze niciodată nicio investiție emoțională într-o relație dorită. În loc să-și spună dorința de a avea contact direct cu persoana dorită, bătăușul va rezista contactului cu ceilalți, ignorându-i și evitându-i în mod ostentativ, mai ales în prezența persoanei pe care o urmărește cu adevărat. În loc să-i imite pe cei pe care dorește să-i urmărească în secret, ea îi batjocorește și îi imită pe alții. Prea înghețați emoțional pentru a se deschide față de cei care numără, bătăușii păstrează secrete față de cei care nu contează pentru ei sau chiar vor crea secrete despre ei.

Astfel iese la iveală personalitatea bătăușului: distanțarea unei persoane pentru a se apropia de alta, revărsarea disprețului aici pentru a stabili o relație acolo, evitarea și ostracizarea unor persoane pentru a cimenta o legătură cu ceilalți. Există pericol în a iubi, dar nimeni nu în dezgust, risc în admirație, dar nu în dispreț, vulnerabilitate în a dori să fii ca altcineva, dar nu în batjocorirea celor care sunt diferiți. Bătăușii iau instinctiv calea cel mai puțin vulnerabilă către destinație.

Cei care primesc acest comportament condus de instinct sunt adesea în pierdere în a-i înțelege. "De ce eu?" „Ce am făcut ca să merit acest tip de tratament?” „De ce se ia de mine când încerc să mă ocup de treaba mea?” Nu e de mirare că sunt confuzi și năuciți.

Adevărul este că rar este vorba despre ei. Țintele sunt doar un mijloc pentru un scop. Cineva trebuie să servească acestui scop pentru bătăuș. Nu este nimic personal; este rar niciodată. Singura condiție prealabilă pentru a fi luat este să nu fii cineva de care se atașează bătăușul. Din păcate, atunci când pionii involuntari din această strategie de atașament iau la inimă un astfel de tratament, devastarea lor psihologică este cu atât mai mare. Este dificil să îi împiedici pe unii dintre copiii vizați de bătăuși să presupună că ceva trebuie să fie în neregulă cu ei personal sau că ei sunt într-un fel responsabili pentru modul în care sunt tratați. Dacă copiii vizați nu sunt protejați de atașamente puternice față de adulți, aceștia sunt expuși unui mare risc de a fi răniți emoțional, pentru o oprire emoțională profund defensivă, pentru depresie sau mai rău.

Pe măsură ce populația de agresori crește, la fel va crește și probabilitatea ca copiii să fie vizați. Oriunde sunt adunați doi sau mai mulți copii orientați spre egali, este probabil ca aceștia să revină în atașamentele lor unul față de celălalt, ostracizându-i pe alții. — Doar nu o urăști? „Uite acel învins.” „Este atât de snob.” „Băiatul e un ticălos.” Discuțiile de gunoi pot fi neîncetate. În ochii adulților, un astfel de comportament poate fi uluitor, deoarece, într-un alt cadru, aceiași copii pot fi politicoși, fermecați și antrenați. Personalitățile unor copii se pot transforma într-un ban, în funcție de cine se întâmplă și spre ce pol, negativ sau pozitiv, magnetul de atașament este tras.

DESFĂCEREA UNUI BĂUTĂȘ

Este important să ne amintim că bullying-ul nu este intenționat. Copiii nu vor să fie bătăuși și nici măcar nu trebuie să învețe cum, pentru că bullying-ul poate apărea spontan în orice cultură. Este o greșeală să crezi că comportamentul agresiv al unui bătăuș reflectă adevărata ei personalitate. Bătăușii nu sunt pur și simplu ouă rele, ci mai degrabă ouă cu coajă tare, ouă pe care părinții și profesorii nu au reușit să le clocească în ființe separate. Bullying-ul este rezultatul interacțiunii dintre cele mai semnificative două dinamici psihologice din creierul emoțional al ființelor umane: atașamentul și apărarea.

Aceste dinamice puternice camuflează personalitatea înnăscută a copilului.

Dacă vrem să-l salvăm pe bătăuș, mai întâi trebuie să-l punem pe bătăuș în locul lui – nu în sensul de a-i da o lecție, de a-l pedepsi sau de a-l disprețui, ci în sensul de a-l reintegra într-o ierarhie naturală a atașamentului. Singura speranță a bătăușului este să se atașeze de un adult care, la rândul său, este dispus să își asume responsabilitatea de a hrăni nevoile emoționale ale agresorului. Sub exteriorul dur se află un tânăr profund rănit și profund singur al cărui furnir de duritate se evaporă în prezența unui adult cu adevărat grijuliu. „Odată l-am întrebat pe un bătăuș cum s-a simțit, fiindcă toată lumea le era frică de el", mi-a spus un consilier de gimnaziu. „ „Am mulți prieteni", a răspuns el, „dar de fapt nu am prieteni deloc." Și când a spus asta, a început să plângă."

Când un bătăuș nu se mai simte lipsit, nu mai trebuie să se descurce singur pentru a-și satisface foamea de atașament, bullying-ul devine redundant. În versiunea cinematografică a celor două turnuri, a doua parte a trilogiei Stăpânul inelelor, vedem un exemplu emoționant al modului în care comportamentul agresiv devine de prisos pentru o persoană odată ce nevoile sale de atașament sunt îndeplinite. Gollum, o creatură slăbănoasă, răsucită și înfometată emoțional, plină de amărăciune și ură, se angajează într-un dialog intern cu sine atunci când se atașează de hobbitul Frodo, pe care îl numește „Maestru". „Nu mai avem nevoie de tine", îi spune el celuilalt sine neîncrezător, manipulator și chiar criminal, „Stăpânul are grijă de noi acum".

Dacă, în rezumat, ar fi să descriem esența bătăușului, am vorbi de un înveliș dur de emoție întărită care protejează o creatură de atașament foarte sensibilă, extrem de imatură și extrem de dependentă, care caută poziția dominantă. Deși acest comportament poate fi cauzat de alte circumstanțe, este un rezultat previzibil al orientării către egali care duce și exacerbează agresiunea și, în rândul copiilor de astăzi, este cea mai răspândită sursă de agresiune. Toate atributele bătăușilor provin din combinația acestor două dinamice puternice: atașamentul care este intens, inversat și

deplasat și o fugă disperată de vulnerabilitate. Urmașul acestei uniuni este bătăușul: un copil dur, răutăcios, foarte exigent, care se bate cu alții, batjocorește, tachina, amenință și intimidează. În plus, bătăușul este sensibil la ușoară, ușor de provocat, neînfricat și fără lacrimi, prădând slăbiciunea și vulnerabilitatea.

Orientarea către egali generează atât bătăuși, cât și victimele lor. Am fost periculos de naivi când ne gândim că, punând copiii împreună, vom promova valori egalitare și relaționarea. În schimb, am deschis calea pentru formarea unor ierarhii de atașament noi și dăunătoare. Creăm o comunitate care pregătește scena pentru o situație de Lord of the Flies. Orientarea la egal la egal face copiii noștri orfani și transformă școlile noastre în orfelinate de zi, ca să spunem așa. Școala este acum un loc în care copiii orientați spre egali sunt împreună, relativ lipsiți de supravegherea adulților, în sălile de mese, holuri și curțile școlii. Datorită reorganizării puternice a atașamentului care are loc în urma orientării către colegi, școlile au devenit și fabrici de bătăuși – fără să vrea și fără să vrea, dar totuși tragic.

Cele mai multe abordări ale hărțuirii sunt insuficiente pentru că le lipsește o perspectivă asupra dinamicii de bază. Cei care percep bullying-ul ca pe o problemă de comportament cred că pot stinge comportamentul prin impunerea de sancțiuni și consecințe. Nu numai că consecințele negative nu reușesc să se cufunde, dar alimentează frustrarea și îi înstrăinează și mai mult pe bătăuși. Nu bătăușul este puternic, ci dinamica care îl creează pe bătăuș. În cultura de egalitate, oferta de victime potențiale este, de asemenea, inepuizabilă.

Singura modalitate de a-l dezactiva pe bătăuș este să inversezi dinamica care a făcut-o în primul rând: reintegrarea copilului într-o ierarhie adecvată de atașament și apoi să procedezi să-i înmoaie apărarea și să-și împlinească foamea de atașament. Deși aceasta poate fi o sarcină descurajantă, este singura soluție care oferă posibilitatea de succes. Metodele actuale care se concentrează pe descurajarea comportamentului de hărțuire sau, alternativ, pe îndemnarea copiilor să se comporte unii față de ceilalți într-o

manieră civilă, ratează rădăcina problemei: lipsa dependenței vulnerabile de adulții care îi îngrijesc. Până când vom vedea bullying-ul drept tulburarea de atașament care este cu adevărat, este puțin probabil ca remediile noastre să facă o mare diferență.

În mod similar, cel mai bun mod de a proteja victimele este, de asemenea, să le reintegrați în dependență de adulții care sunt responsabili pentru ele, astfel încât să își poată simți vulnerabilitatea și să-și plângă despre ceea ce nu funcționează pentru ei. Cel mai adesea copiii sunt prea orientați spre colegi pentru a se sprijini pe adulți cei mai expuși riscului.

Am participat recent la o televiziune națională canadiană specială despre bullying, care a inclus un număr de părinți ai căror copii s-au sinucis ca răspuns la hărțuire. În program era și o fată a cărei viață fusese făcută mizerabilă din cauza agresiunii. Mama fetei a povestit că fiica izbucnește în plâns aproape în fiecare zi după școală și vorbește despre experiențele ei dureroase. După spectacol, gazda programului mi-a exprimat îngrijorarea că și această fată ar putea fi în pericol să-și ia viața. Dimpotrivă, i-am răspuns, dependența ei de mama ei și cuvintele și lacrimile pe care le-a vărsat în siguranța relației lor au fost mântuirea ei. Copiii care și-au luat viața erau enigme pentru părinții lor. Sinuciderile lor fuseseră surprize complete. Aceste victime triste au devenit prea orientate spre egali pentru a vorbi cu părinții lor despre ceea ce se întâmplă și prea apărate împotriva vulnerabilității lor pentru a-și găsi lacrimile despre trauma pe care o trăiau. Frustrarea lor a crescut până când nu a mai putut fi stăpânită. În aceste cazuri particulare, copiii s-au atacat pe ei înșiși mai degrabă decât pe alții. Și în acest fel, bătăușii și agresați sunt adesea tăiați din aceeași cârpă - ambilor le lipsesc atașamentele adecvate cu adulții care îi îngrijesc. Indiferent de nefericirea pe care o pot simți uneori, copiii nu riscă să se atace pe ei înșiși sau pe ceilalți, atâta timp cât sunt capabili să se sprijine pe părinții lor, să facă față a ceea ce îi supără și să răspundă cu sentimentele adecvate de inutilitate.

Unii oameni, inclusiv cei considerați experți, văd problema bullying-ului ca pe un eșec în transmiterea valorilor morale.

Percepția este adevărată, în măsura în care merge, dar deloc în sensul asumat de obicei. Eșecul nu este unul de a-i învăța pe copiii noștri valorile grijii și considerației. Astfel de valori umane apar în mod natural la copiii care se simt destul de profund și vulnerabil. Nu defalcarea educației morale a bătăușului este problema, ci o defalcare a valorilor de bază ale atașamentului și vulnerabilității în societatea de masă. Dacă aceste valori de bază ar fi luate la inimă, orientarea către egali nu ar prolifera și nu ar genera bătăuși și victime.

Vezi „Cele șase moduri de atașare", capitolul 2. Modalitățile vulnerabile de atașare, cum ar fi deschiderea psihologică și intimitatea, sunt anatema pentru bătăuș. reguli acceptate social și au făcut ca căutarea dominației să fie mai disperată ca niciodată. Fetele își stabilesc acum dominația prin atacuri fizice pe ceilalți. Uneori, această luptă de fete este interpretată ca fiind fetele mai puțin obscure și mai potrivite, mai puțin inhibate decât în trecut - o expresie, cu alte cuvinte, a „puterii fetelor". Acesta este departe de a fi cazul; fetele care se agresează reciproc este un semn de regresie emoțională, nu de eliberare.

12 O TURNĂ SEXUALĂ

Jessica, în vârstă de treisprezece ani, i-a spus prietenei ei, Stacey, că copiii de la școală o presează să facă sex oral unui coleg de clasă la o petrecere viitoare. „Ei spun că așa pot dovedi că aparțin grupului lor", a spus ea. Jessica nu era sigură ce simțea despre această problemă. Din punct de vedere sexual, nu era interesată de băiat, dar era gâdilată să fie în centrul acestei atenții. Întrebarea — Ar face-o sau nu? — a fost subiectul multor speculații emoționate la școală. Era supraponderală și nu a fost niciodată un membru al mulțimii. Stacey, ea însăși uluită de responsabilitatea de a-și sfătui prietena cu privire la o chestiune atât de încărcată din punct de vedere emoțional, i-a spus propriului ei tată despre dilema Jessicai. Tatăl, după ce a luat în considerare, a considerat că este mai bine să-i informeze pe părinții Jessicai. Au fost șocați, neavând idee nici despre situația socială precară a fiicei lor, nici despre presiunea cu care se confrunta pentru a deveni activă sexual. Până când au abordat-o pe Jessica cu preocupările lor, actul fusese încheiat. Ea cedase – în acest caz, nici măcar în fața cerințelor sexuale ale unui băiat cu care încerca să-l mulțumească sau cu care spera să dezvolte o relație, ci pur și simplu convingerii grupului ei de colegi.

După cum realizăm cu toții, sexul este rareori doar despre sex - în cazul Jessicai, cu siguranță nu a fost. Uneori este vorba despre o foame de dorit. Poate fi o evadare din plictiseală sau singurătate. Poate fi, de asemenea, o modalitate de a miza un teritoriu sau de a revendica o posesie, sau poate servi ca o încercare de a bloca o relație exclusivă cu altul. Sexul poate fi un simbol puternic al statutului și al recunoașterii. Poate fi vorba despre a marca sau despre apartenența sau încadrarea sau agățarea și ținerea. Poate fi

vorba despre dominație sau supunere sau poate funcționa pentru a mulțumi cuiva. Sexul, în unele cazuri, reflectă o lipsă de limite și o incapacitate de a spune nu. Poate, desigur, să exprime dragoste, pasiune sinceră și intimitate adevărată. Aproape întotdeauna, într-o formă sau alta, sexul înseamnă atașament. În viețile adolescenților noștri este, cel mai adesea, o expresie a nevoilor de atașament neîmplinite.

Vârsta primei activități sexuale devine din ce în ce mai tânără. Potrivit unui studiu din 1997 al Centrelor pentru Controlul Bolilor, peste de două ori mai multe fete de clasa a IX-a (6,5 la sută) decât elevii de clasa a XII-a au raportat că au făcut sex înainte de vârsta de treisprezece ani. Dintre băieții americani din clasa a IX-a, aproape 15% au recunoscut activități sexuale înainte de vârsta de treisprezece ani, de mult peste dublul numărului dintre elevii de clasa a XII-a. Povestea este aceeași și în Canada, unde un studiu publicat în 2000 a constatat că mai mult de 13% dintre fetele din anii 1990 au făcut sex înainte de a împlini cincisprezece ani, dublu față de statistica comparabilă de la începutul anilor 1980. Există dovezi anecdotice atât în Statele Unite, cât și în Canada, că un număr mare de adolescenți se angajează în sex oral ca înlocuitor al actului sexual, fără a recunoaște că au făcut sex deloc. „Există această schimbare tulburătoare de atitudine în ceea ce privește sexul oral, actul sexual anal, totul, în afară de...”, a spus Eleanor Maticka-Tyndale, profesor de sociologie la Universitatea din Windsor.

Un tânăr potențial de baseball în vârstă de nouăsprezece ani, o alegere a echipei Los Angeles Dodgers pentru 2003, a fost găsit vinovat că a invitat un minor la atingere sexuală și a fost condamnat la patruzeci și cinci de zile de închisoare. Cu o ocazie, tânărul sportiv a pus două fete, de 12 și 13 ani, să-i facă sex oral. La apelul său reușit, el a susținut că nu el a inițiat contactul, fetele au făcut-o. Și de ce? Cele două presupuse victime au spus instanței că era o rutină în comunitatea lor ca fetele din clasa a șaptea să ofere sex oral băieților. Unul dintre ei a spus că a participat pentru că „toată lumea o făcea și [ea] nu a vrut să fie lăsată deoparte”.

Cuplată cu precocitatea tulburătoare a activității sexuale este înjosirea sexualității. Există o mare diferență între contactul sexual ca expresie a intimității autentice și contactul sexual ca o dinamică primitivă a atașamentului. Rezultatul acestuia din urmă este, inevitabil, nemulțumirea și o promiscuitate care provoacă dependență, așa cum a experimentat Nicholas, în vârstă de șaptesprezece ani.

— Ceva nu e în regulă, începu Nicholas. „Totul funcționează pentru mine – am mult sex, dar cred că nu am făcut niciodată dragoste cu adevărat. Toți prietenii mei mă apreciază pentru genul de fete cu care pot înscrie. Dar nu sunt foarte bun la ceea ce numești tu chestia intimității. Dimineața nu știu niciodată ce să-i spun unei fete. Tot ce vreau să fac este să sun pe unul dintre prietenii mei și să mă laud." Se poate spune că dilema lui Nicholas este vechiul sindrom Don Juan de care au suferit mulți bărbați, dar este una cu care se confruntă în prezent mulți tineri a căror inițiere sexuală și istorie au loc în contextul culturii egale.

Atât Nicholas, cât și Jessica erau extrem de orientați spre colegi. În cuvintele lui Nicholas, „Nu mă simt conectat cu familia mea. De fapt, prietenii mei sunt mult mai mult o familie pentru mine decât familia mea adevărată. Nici nu vreau să mai fiu în preajma lor." Îl cunoșteam destul de bine pe Nicholas și familia lui. Avea trei surori și părinți care nu l-ar fi putut iubi mai mult. Dar el nu se hrănea la masa lor; se uita la semenii săi pentru a-și împlini foamea de atașament. Timp de doi ani, în timpul adolescenței acestui băiat, tatăl său, profesionist, a devenit complet preocupat de cariera lui, în timp ce mama sa a suferit o depresie indusă de stres. O perioadă atât de scurtă în această perioadă crucială din viața lui Nicholas a fost suficientă pentru a crea un gol de atașament care a ajuns să fie umplut de grupul de colegi. Așa sunt copiii susceptibili astăzi, într-o cultură care nu mai oferă atașamente de substituție pentru adulți atunci când, indiferent de motiv, legăturile de familie slăbesc chiar temporar.

Jessica a fost și ea detașată emoțional de părinții ei. Cu greu am putut-o convinge să vorbească despre ei, iar când a făcut-o, a fost

doar în ceea ce privește interferența lor în viața ei – o viață care se învârtea în jurul semenilor ei. Orientarea ei către egali s-a manifestat în foamea ei nesățioasă de acceptare, o obsesie pentru mesageria instantanee prin internet și disprețul ei total pentru valorile adulte, cum ar fi munca școlară și învățarea. Potrivit ei, nimic nu era mai important decât să fii plăcut, dorit și urmărit de prietenii ei.

Pentru Nicholas, sexul a fost despre cucerire și trofee, despre ieșirea în top, despre creșterea statutului său cu prietenii săi. Pentru partenerele sale aparent dornice, sexul poate fi o afirmare a atractivității, o ștampilă de aprobare pentru a fi un obiect al dorinței, o experiență de proximitate intimă sau un semn de apartenență și exclusivitate. Pentru Jessica, sexul oral era un rit de inițiere socială, un tarif pe care trebuia să-l plătească pentru a fi admisă într-un club social în care dorea să se înscrie.

Pentru Heather, în vârstă de paisprezece ani, sexul era despre a-și face băieții proprii, atragerea atenției și afecțiunii lor, învingând concurența. Heather era o altă copilă foarte orientată spre colegi, destul de populară și extrem de mândră de capacitatea ei de a-i interesa pe băieți. Ea a devenit activă sexual la vârsta de doisprezece ani, lucru pe care a reușit să ascundă părinților ei. Până când a venit să mă vadă, trimisă de părinții ei pentru că o considerau de necontrolat, avea o experiență neobișnuită pentru vârsta ei. Ea s-a lăudat cu mine că, înainte de a merge la liceu, a „lucrat” trei școli primare separate în același timp, căutându-le „cei mai tari băieți” și făcându-i ai ei prin priceperea și precocitatea ei sexuală. Vocea ei era plină de dispreț față de fetele care nu reușeau să reușească asta, pretinzând că sunt proaste și nimic altceva decât învinse. Ea l-a numit pe unul dintre actualii ei parteneri sexuali iubitul ei, dar nu părea deloc vinovată de neloialitatea ei față de el. „Nu vorbim mult”, a spus ea, „și ceea ce nu știe nu-l va răni”, adăugând că ceea ce a deranjat-o cu adevărat a fost că el era cu jumătate de centimetru mai mic decât ea. „În plus, sexul cu ceilalți bărbați este doar fizic.” Și-a identificat iubitul ca fiind singura persoană din lume de care s-a simțit cel mai aproape, dar această

apropiere nu părea să includă un sentiment de intimitate emoțională sau psihologică.

Cât de divorțat de intimitatea sexului adolescentin poate deveni este ilustrat de următoarea anecdotă a dr. Elaine Wynne, un medic care lucrează la o clinică pentru tineret. „O fată de cincisprezece ani a venit pentru un control de rutină și un test Papanicolau", mi-a spus dr. Wynne. „În timp ce făceam examenul pelvian, ea a menționat că nu și-a dat seama dacă iubitul ei a ejaculat în timpul sexului. S-a dovedit că asta o preocupa. „Te-ai gândit să-l întrebi?" am spus. „Glumești?" a răspuns ea. „Este o întrebare mult prea personală pentru a o pune!""

Este deranjant să asistăm la ceea ce sexul face copiilor orientați spre egali și ce face orientarea către egali cu sexualitatea. Nu toți adolescenții orientați spre egali vor fi activi sexual, desigur, sau își vor manifesta sexualitatea în același mod, dar cultura în care vor fi cufundați este pătrunsă într-o sexualitate bizar distorsionată - pseudo-sofisticare fără maturitate, joc fizic din intimitate fără nicio pregătire psihologică de a face față consecințelor.

Factorii fizici, cum ar fi maturizarea fiziologică și „hormonii furioși" nu explică prin ei înșiși sexualitatea adolescenților. Pentru a înțelege pe deplin comportamentul sexual precoce al tinerilor, trebuie să ne uităm din nou la trei concepte pe care le-am introdus în capitolele anterioare: atașament, vulnerabilitate și maturizare. Cheia, ca întotdeauna, este atașamentul. Factorul critic nu este trezirea sexuală a adolescenței; este că adolescentul orientat spre egali este o ființă sexuală care este aptă să folosească orice are la dispoziție pentru a-și satisface nevoia de atașare. Cu cât sunt mai puține vulnerabilități și maturitate, cu atât este mai probabil ca dorința de atașare să găsească expresie sexuală.

SEXUL CA EXPRESIE A FOAMEI DE ATASAMENT

În ordinea naturală a lucrurilor, sexul se întâmplă între ființe mature, nu între copii și cei responsabili de ele. Când copiii caută apropiere emoțională cu adulții, interacțiunea sexuală este foarte

puțin probabilă. Dar dacă acești copii devin orientați spre egali, aceeași foame de contact este supusă sexualizării. Sexul devine un instrument al atașamentului de semeni. Copiii care și-au înlocuit părinții cu colegii sunt cei mai predispuși să fie preocupați sau activi sexual. Cei care nu au un sentiment de intimitate cu părinții lor sunt cei care au cea mai mare nevoie să caute intimitatea cu semenii lor, dar acum prin sex mai degrabă decât prin sentimente sau cuvinte. Acest lucru a fost cu siguranță adevărat pentru Nicholas, Heather și Jessica, tăiați de părinții iubitori prin orientarea lor către semeni. Foloseau sexul cu semenii lor pentru a încerca să-și satisfacă foamea de conexiune și de afecțiune.

Sexul este un instrument gata făcut pentru cei mânați să satisfacă nevoile primitive de atașament. În capitolul 2, am enumerat cele șase moduri de atașare, dintre care prima a fost prin simțurile fizice. Dacă un copil caută apropierea în primul rând prin intermediul contactului fizic, sexul este foarte eficient. Dacă atașamentul este căutat în aceeași măsură, comportamentul copilului se va conforma cu valorile grupului de egali, ca în cazurile Jessicai și a celor două fete tinere care au oferit sex oral jucătorului de baseball. Pentru o persoană care caută a treia cale de atașare – apartenența exclusivă și loialitatea – interacțiunea sexuală va fi foarte atrăgătoare. Dacă un copil este atras de a patra cale – a fi semnificativ pentru cineva – atunci afirmarea statutului sau a atractivității va deveni obiectivul principal, iar sexul un instrument util pentru a ține scorul. Bineînțeles, contactul sexual poate reprezenta, de asemenea, sentimente calde și intimitate autentică, dar pentru adolescenții imaturi, orientați spre egali, acest lucru este rar – atât cât ar dori să creadă. Le lipsește vulnerabilitatea și maturitatea pentru ca sexualitatea lor să atingă aceste două forme cele mai înalte de atașare, așa cum voi explica pe scurt.

Stilurile actuale de modă în materie de îmbrăcăminte, machiaj și comportament promovează sexualizarea fetelor tinere care nu sunt deloc pregătite pentru activități sexuale mature. Înfățișarea, cu componenta sexuală încărcată, a devenit o măsură principală a valorii de sine, potrivit Joan Jacobs Brumberg, istoric la

Universitatea Cornell și autoare a cărții The Body Project, o istorie a copilăriei americane. Brumberg a declarat pentru revista Newsweek că în urmă cu cincizeci de ani, când fetele vorbeau despre auto-îmbunătățire, aveau în vedere reușitele academice sau o anumită contribuție la societate. Acum, spune ea, aspectul este pe primul loc. „În jurnalele și jurnalele private ale adolescentelor, corpul este preocuparea consecventă, pe locul doi după relațiile cu colegii." Bineînțeles, chiar și expresia „al doilea doar la" ratează atenția, deoarece obsesia pentru imaginea corporală este un rezultat direct al orientării la egal la egal și al produsului său secundar, sexualizarea adolescenței.

Fără să știe, adolescenții se joacă cu focul când își sexualizează atașamentele. Sexul nu este un instrument simplu care poate fi folosit în propriile scopuri. Nu este posibil ca adolescenții să se îndepărteze de sex nevătămați și lejer, fără a fi deranjat ceva în esență uman. Sexul este un agent puternic de legătură, cimentul de contact uman, evocând un sentiment de unire și fuziune, creând o singură carne. Indiferent de cât de scurtă sau inocentă este interacțiunea sexuală, sexul funcționează pentru a face cupluri din participanți. Gata sau nu, vrând sau nu, conștient sau nu, îi atașează pe fiecare dintre cei care se angajează în ea. Studiile au confirmat ceea ce majoritatea dintre noi vom fi descoperit singuri, că a face dragoste are un efect natural de legătură, evocând emoții puternice de atașament în creierul uman.

Rezultatele sunt prea previzibile atunci când foamea de atașament sexualizată a copiilor orientați spre egali se combină cu efectul serios de legătură chiar și al sexului „ocazional". Sarcinile nedorite la adolescenți cresc în țările în care abundă orientarea către egali, în ciuda încercărilor noastre de educație sexuală și control al nașterii. Potrivit statisticilor, ratele de sarcină la adolescență sunt cele mai mari în Statele Unite, urmate de Marea Britanie și Canada. caută în relația cu părinții lor — contact și legătură. Când se întâmplă acest lucru cu semenii, bebelușii pot fi rezultatul nedorit – și în multe cazuri, victimele nefericite, fiind născuți din părinți imaturi, deloc pregătiți să-i hrănească emoțional sau chiar fizic.

SEXUALITATEA ȘI FUGA DIN VULNERABILITATE

În măsura în care sexul se atașează unul de celălalt, îi trage și pe participanți într-un teritoriu extrem de vulnerabil, într-un loc în care sentimentele pot fi rănite și inimile pot fi frânte. Ceea ce sexul leagă nu poate fi despărțit fără durere. După ce sexul și-a făcut munca de legătură, separarea de orice fel va duce la lăcrimare semnificativă și perturbări psihologice, o experiență cu care majoritatea adulților vor fi prea familiarizați. Experiențele repetate de separare sau respingere în urma atașamentelor puternice create de sex pot crea o vulnerabilitate care este prea mult de suportat. Astfel de experiențe induc cicatrici și întăriri emoționale.

Deloc surprinzător, cu cât adolescenții noștri sunt mai activi sexual, cu atât devin mai greu din punct de vedere emoțional. Această desensibilizare poate părea o binecuvântare, permițându-le să se joace cu focul și să nu fie răniți. Dar, așa cum am discutat în capitolele anterioare, costul fugii de vulnerabilitate este diminuarea potențialului lor ca ființe umane și a libertății emoționale și profunzimii care i-ar face cu adevărat vii.

Nici măcar pe termen scurt angajarea în sex nu-l lasă nevătămat pe adolescentul apărat emoțional. Doar pentru ca adolescenta nu pare afectata nu inseamna ca nu a suferit consecinte. Cu cât suntem mai puțin afectați în mod conștient, cu atât putem fi mai răniți la nivel inconștient. Heather mi-a spus că a fost violată la una dintre întâlnirile ei, dar a făcut-o pe un ton nepreocupată și a indicat că evenimentul nu a avut într-adevăr niciun impact asupra ei. Nu a fost greu de văzut vulnerabilitatea pe care această bravada a fost concepută pentru a acoperi sau pentru a prezice că o astfel de întărire a suprafeței, dacă nu este inversată, va continua să conducă această fată pe un teritoriu periculos. Contactul sexual care nu este capabil să mute adolescentul la o vulnerabilitate mai mare duce la intensificarea apărării împotriva unei astfel de vulnerabilități. Când am întrebat o tânără clientă de ce ea și prietenele ei au băut atât de mult la petrecerile lor, ea a răspuns fără ezitare: „Atunci nu doare atât de tare când ești lovit”.

Unul dintre costurile finale ale întăririi emoționale este că sexul își pierde potența ca agent de legătură. Efectul pe termen lung este amorțitor de suflet, afectând capacitatea tinerilor de a intra în relații în care contactul și intimitatea reală sunt posibile. Sexul devine în cele din urmă o activitate de atașament nonvulnerabilă. Poate chiar să creeze dependență, deoarece potolește momentan foamea de atașament fără a o împlini vreodată. Divorțul dintre sex și vulnerabilitate poate avea un efect eliberator asupra comportamentului sexual, dar derivă dintr-un loc întunecat de desensibilizare emoțională.

Deși Heather era strălucitoare, atrăgătoare, captivantă și vorbăreț, nu exista nici un indiciu de vulnerabilitate în nimic din ceea ce spunea sau simțea. Nu a simțit nicio teamă, nu a recunoscut că îi lipsea pe nimeni, nu era în contact cu nesiguranța ei și nu se simțea rău pentru nimic din ceea ce făcuse. Nicholas, de asemenea, era într-o fugă de vulnerabilitate, lăsându-l plictisit, judecător, arogant și disprețuitor. Și el era lipsit de teamă și lipsit de sentimente de nesiguranță. Îi disprețuia pe cei slabi și nu avea stomac pentru învinși. Nici Heather, nici Nicholas nu au fost capabili să fie mișcați profund. Amandoi erau imuni la munca de atasament a sexului. Amândoi fuseseră obișnuiți împotriva vulnerabilității înainte de a deveni implicați sexual, dar activitatea lor sexuală a dus întărirea lor emoțională la un alt nivel.

Nici cu colegii lor, nici măcar cu mine Heather și Nicholas nu au fost deosebit de timizi să vorbească despre experiențele lor sexuale. O astfel de ușurință este un efect secundar interesant, dar înșelător al fuga de vulnerabilitate - o pierdere a sentimentului de expunere atunci când partajați informații personale care ar fi în mod normal considerate intime. Mulți adulți sunt impresionați de deschiderea aparentă a tinerilor de astăzi în ceea ce privește chestiunile sexuale, percepând-o ca un semn al progresului față de secretul și timiditatea de altădată. „Nu am fi vorbit niciodată atât de sincer despre astfel de chestiuni”, a aplaudat mama unui tânăr de cincisprezece ani foarte orientat spre colegii. „Când aveam această vârstă, ne-ar fi fost prea rușine să vorbim despre sex.” Ceea ce această mamă nu a reușit

să vadă este că discuția nerușinată și nerușinată despre activitatea sexuală nu are nimic de-a face cu curaj sau transparență, ci mai degrabă cu apărarea împotriva vulnerabilității. Este nevoie de puțin curaj pentru a dezvălui ceva care nu este deloc intim. Nu există nimic despre care să fii discret dacă nu te simți expus. Când sexul este separat de vulnerabilitate, sexul nu reușește să ne atingă suficient de profund încât să ne rănească. Ceea ce ar trebui să fie extrem de personal și intim poate fi difuzat în întreaga lume - și adesea este, în programe TV neplăcute.

Pentru acei copii care încă se simt destul de profund și vulnerabili pentru ca sexul să-și facă treaba, angajarea în sex este ca și cum ați face o plonjare în emoții care sunt puternice, într-un atașament care este inexplicabil și adesea inextricabil, într-o vulnerabilitate atât de intensă încât cu greu poate fi atins. . Deși adolescenții se angajează de obicei în sex pentru a deveni mai apropiați, ei nu contează că se blochează unul pe celălalt în acest proces. Plonjarea în cuplu este probabil să-i ia peste cap. Unii se vor trezi încercând să evite durerea inevitabilă a separării, agățându-se cu disperare de celălalt, urmărindu-l pe celălalt fără milă și ținându-se pentru viața dragă. Alții se vor simți sufocați și prinși de o apropiere pentru care nu erau pregătiți și vor căuta să se elibereze cât mai curând posibil. Dacă cuplajul va avea efect pentru ambele părți, unii adolescenți își vor găsi individualitatea tentativă sugrumată de forțele fuziunii, simțul lor de personalitate emergentă înghițit de cuplu. Ei nu vor mai putea să-și cunoască propriile preferințe sau să se hotărască fără să discute mai întâi cu partenerul lor. „Nu știu dacă suntem încă prietenă și iubit”, a spus o tânără de șaptesprezece ani, vorbind despre ultimul ei partener sexual. „Nu mi-a spus încă.”

Sexul este implicat de copii care nu au nici cea mai mică idee despre ceea ce se bagă. Cei mai apărați dintre ei par să scape cu asta pentru că nu mai sunt atașabili emoțional și nici nu-și simt durerea. Invulnerabilitatea lor face sexul să pară atât de casual, ușor și distractiv. Cei care se simt profund și vulnerabili au probleme: mai întâi rămân blocați pe celălalt, indiferent dacă vor sau nu, și apoi se simt sfâșiați când relația nu mai ține.

Având în vedere efectul său de cimentare, vulnerabilitatea necesară pentru ca acesta să funcționeze și vulnerabilitatea evocată dacă funcționează într-adevăr, mi se pare că ar trebui să fim mai preocupați de garanțiile pentru sex. O astfel de precauție este dictată nu din considerente morale, ci direct din înțelegerea consecințelor negative ale sexualității precoce asupra dezvoltării emoționale sănătoase a copiilor noștri. Superglue uman nu este pentru ca copiii să se joace.

Privit prin prisma vulnerabilității, conceptul de sex sigur capătă o cu totul altă semnificație – nu ferit de boli sau bebeluși nedoriți, dar ferit de a fi rănit și întărit. Nu există nicio garanție de securitate în orice atașament, desigur, chiar și atașamentele formate de adulți maturi. Nu este atât de mult faptul că ne putem proteja copiii de a fi răniți, dar le putem reduce riscul de a se implica sexual în relații care nu sunt susceptibile de a satisface sau de a ține. Sexul adolescenței vine rar cu protecția angajamentului, promisiunea exclusivității, tandrețea considerației sau sprijinul comunității. Sexul este neprotejat în sensul cel mai profund – din punct de vedere psihologic. O persoană nu poate continua să se „căsătorească" și să „divorțeze" fără să devină întărită și desensibilizată, cel puțin nu fără să aibă loc o durere semnificativă. Separarea postcoitală este prea dureroasă. Adolescenții nu sunt mai imuni de o asemenea dinamică naturală decât noi ceilalți. De fapt, din cauza tandreței anilor lor, a lipsei de perspectivă și a imaturității lor naturale, ei sunt chiar mai predispuși decât adulții să fie răniți de experiențele lor sexuale decât noi.

CÂND SEXUALITATEA LIPSĂ DE MATURITATE

Cel mai sigur sex, din perspectiva atașamentului și a vulnerabilității, ar avea loc nu ca o modalitate de a forma o relație, ci în contextul unei relații care este deja satisfăcătoare și sigură. S-ar dori să fie cât mai sigur posibil că relația este exact acolo unde își dorește să fie. Sexul ar fi actul final de atașament, exercițiul de început pentru exclusivitate, creând închiderea ca cuplu. Sexul poate fi atât de sigur cât indivizii sunt înțelepți. Ceea ce este nevoie mai mult decât orice

este exact ceea ce le lipsește adolescenților orientați spre egali: maturitatea. Adolescenții imaturi care sunt orientați spre adulți sunt cel puțin înclinați să se sprijine pe părinții lor pentru indiciile lor referitoare la interacțiunea sexuală. Copiii orientați spre egali sunt de două ori blestemați: nu au maturitatea necesară pentru o interacțiune sexuală sănătoasă sau pentru a lua decizii și nici nu sunt suficient de orientați către adulți pentru a primi sfaturi de la aceia dintre noi care este posibil să fi învățat deja unele lecții pe calea grea.

Maturarea este o condiție prealabilă pentru sex în mai multe moduri.

Primul fruct al maturizării este separarea ca individ. Este necesar un minim de separare pentru a crea o uniune sănătoasă. Trebuie să-și cunoască suficient propria minte pentru a extinde o invitație altuia sau pentru a refuza invitația altuia. Avem nevoie de un instinct de auto-conservare pentru a valorifica autonomia, pentru a experimenta limitele personale, pentru a putea spune nu. Pentru o sexualitate sănătoasă avem nevoie de libertatea de a nu ne implica sexual sau cel puțin de a nu ne simți obligați să facem lucrurile să funcționeze cu orice preț. Nefiind ajuns în locul în care este mai important să fii propria persoană decât să aparțină cuiva sau să posezi pe cineva, adolescentul este periculos de susceptibil.

Probabil că nu există o arenă mai importantă pentru respect pentru separarea celuilalt decât în sfera sexuală. Considerarea celeilalte persoane este esențială pentru interacțiunea sexuală matură. Pentru cei imaturi din punct de vedere psihologic, sexul nu este un dans interactiv. În saltul prematur în sexualitate, cineva este obligat să fie rănit, să fie profitat.

Așa cum am discutat în ultimul capitol, orientarea către egali îi dă naștere atât pe bătăuși, cât și pe cei susceptibili de a fi hărțuiți. Când vine vorba de sex, bătăușii cer încă o dată ceea ce nu comandă liber. Sexul este bogat în simbolismul pe care bătăușii sunt dornici să îl colecteze: statut, dezirabilitate, câștig, punctaj, deferență, apartenență, atractivitate, serviciu, loialitate și așa mai departe. Din păcate, bătăușii sunt prea închisi din punct de vedere psihologic

pentru a-și da seama de inutilitatea de a cere ceea ce nu este dat în mod liber. Fanteziile bătăușilor nu sunt de invitație, ci de dominație, nu de reciprocitate, ci de superioritate. Atât Heather, cât și Nicholas erau în esență bătăuși în ceea ce privește sexul, în sensul exploatării slăbiciunii altora pentru a-și satisface propriile nevoi. Partenerii lor cu greu au fost luați în considerare. În cazul lui Heather, acting-out-ul ei sexual nediscriminatoriu a dus-o, de asemenea, să fie ea însăși hărțuită, până la punctul de a fi supusă unui viol la întâlnire. Din păcate, orientarea către egali creează o abundență de subiecți naivi și nevoiași pe care să-i pradă. Nu ar trebui să fie surprinzător faptul că actele agresive precum violul la întâlnire cresc în rândul adolescenților.

Maturarea este necesară pentru o implicare sexuală sănătoasă într-un alt mod. Înțelepciunea necesară oamenilor pentru a lua decizii bune necesită procesarea bidimensională, integrativă, pe care doar maturitatea o poate oferi. Trebuie să fim capabili să gestionăm sentimente, gânduri și impulsuri amestecate. Dorința de a aparține altuia trebuie să coexiste cu dorința de a fi propria persoană; menținerea granițelor trebuie să se amestece cu pasiunea de a se contopi cu alta. De asemenea, este necesară, desigur, capacitatea de a lua în considerare atât prezentul, cât și viitorul. Cei imaturi din punct de vedere psihologic sunt incapabili să se gândească la altceva decât la plăcerea momentului. Pentru a lua decizii bune, trebuie să fii capabil să simți atât frica, cât și dorința simultan. Dacă am aprecia sentimentele puternice pe care sexualitatea le poate dezlănțui, am fi în mod corespunzător nervoși de la început. Sexul ar trebui să fie atât venerat, cât și de temut, să evoce atât anticipare, cât și teamă, să fie un motiv atât de sărbătoare, cât și de precauție.

Adolescenților le lipsește înțelepciunea, înțelegerea și controlul impulsurilor pentru a li se încredința în siguranță astfel de decizii pe cont propriu. Am putea, desigur, din înțelepciunea noastră adultă, să le impunem structuri și limitări care să le mențină comportamentul sexual în limite sigure și am putea să le acționăm ca consultanți în deciziile legate de sex, dar cu adolescenții orientați spre egali ne lipsesc puterea și conexiunea pentru a face acest lucru.

Dacă tinerii noștri ar căuta la noi pentru sfaturi, fără îndoială i-am informa că nu pot divorța cu adevărat deciziile legate de sex de deciziile legate de relație. Le-am sfătui să aștepte până când vor fi încrezători că relația lor este solidă din punct de vedere emoțional, bazată pe o intimitate autentică dincolo de interacțiunea sexuală. Problema este că, oricât de înțelept ar fi sfatul nostru, cei orientați spre egali nu se uită în direcția noastră.

Mulți părinți și educatori astăzi eufemizează activitatea sexuală a adolescenților ca explorare și experimentare și o văd ca inerentă naturii adolescenței. Conceptul de experiment sugerează un aer de descoperire și existența întrebărilor. Adolescenții care sunt cei mai activi sexual, însă, nu sunt cei care pun întrebările. Sexul la adolescenți nu este atât un caz de experimentare sexuală, cât este un caz de disperare emoțională și foame de atașament.

Adulții încearcă, de obicei, să se ocupe de hipersexualitatea adolescenților orientați spre egali, așa cum o fac cu intimidarea și agresivitatea, concentrându-se pe interacțiunea dintre tineri. Încercăm să efectuăm schimbări de comportament prin admonestări, predare, recompense și pedepse. Și în această sferă, eforturile noastre au fost direcționate greșit. Nu putem face nimic pentru a corecta sexualitatea aberantă a copiilor orientați spre egali, atâta timp cât ei rămân orientați spre egali. Totuși, putem face multe pentru a aborda orientarea aberantă a copiilor care sunt sexualizați precoce, cel puțin atunci când copiii sunt ai noștri. Dacă vrem să facem o diferență în sexualitatea lor, trebuie mai întâi să-i aducem înapoi la locul în care le aparțin cu adevărat – alături de noi.

13 STUDENȚI NEÎNVĂȚIBILĂ

ETHAN FUSEE un elev bun în școala elementară, chiar dacă nu fusese niciodată unul foarte interesat. Era destul de strălucitor. Deși părea să-i lipsească dorința de a excela, părinții și profesorii săi au reușit să-i imprime agendele de învățare și comportament. Profesorii l-au găsit simpatic și captivant. Când părinții lui Ethan au venit să mă vadă, când fiul lor era aproape de sfârșitul clasei a șasea, respectarea așteptărilor adulților era istorie. Să-l faci pe Ethan să facă temele a fost o luptă constantă. Profesorii lui s-au plâns că nu era atent și nu mai era receptiv să fie predat. Adesea argumentat și lipici, nu a performat la un nivel pe măsura abilităților sale. Această schimbare a capacității de predare a fost paralelă cu o preocupare recent găsită față de semeni. În lunile anterioare, Evan se agățase de un colegi după altul, copiendu-le manierele și adoptându-și preocupările. Când lucrurile începeau să se destrame cu un coleg de școală, el deveni și mai disperat să facă lucrurile să funcționeze cu altul.

Pentru Mia, recesiunea academică a venit cu o notă mai devreme. Înainte de clasa a cincea, ea fusese foarte implicată în învățarea ei, era plină de interes și punea multe întrebări inteligente. Acum se plângea că se plictisește de supușii ei. Părinții au aflat, spre disperarea lor, că ea nu predea niște sarcini și că cele pe care le depunea nu erau la calitatea ei obișnuită. Profesorii sunau să raporteze lipsa de atenție și motivație a Miei, precum și discuțiile ei neîncetate cu prietenii din clasă, plângeri că părinții ei nu erau obișnuiți să audă. Confruntată cu preocupările lor, Mia părea nonșalantă. De asemenea, au observat că mai rar mai vorbea despre profesorii ei sau, dacă a făcut-o, doar în termeni derogatori. Temele

nu mai erau o prioritate pentru ea; vorbind la telefon sau conectându-se cu prietenii ei prin Internet erau. Când părinții ei au încercat să reducă aceste activități, ea i-a sfidat cu o insolență și ranchiune la care nu fuseseră niciodată martoră în trecut.

Aceste două cazuri reprezintă un fenomen endemic în cultura noastră de astăzi: copii capabili, dar nemotivați, inteligenți, dar neperformanți, strălucitori, dar plictisiți. Pe de altă parte a aceleiași monede, educația a devenit o ocupație mult mai stresantă decât era în urmă cu o generație sau două. După cum atestă mulți profesori din zilele noastre, predarea pare să devină din ce în ce mai grea, elevii mai puțin respectuoși și mai puțin receptivi. Sălile de clasă sunt din ce în ce mai greu de gestionat, iar performanța academică pare să scadă. Abilitățile de lectură ale școlarilor par să fi scăzut, în ciuda accentului puternic pe care multe școli l-au pus pe abilitățile literare în ultimii ani. Cu toate acestea, profesorii noștri nu au fost niciodată mai bine pregătiți decât în prezent, curriculum-ul nostru niciodată la fel de dezvoltat și tehnologia noastră niciodată la fel de sofisticată.

Ce s-a schimbat? Încă o dată ne întoarcem la influența esențială a atașamentului. Schimbarea tiparelor de atașament ale copiilor noștri a avut implicații profund negative pentru educație. Mulți părinți și profesori încă cred că ar trebui să putem pune un elev capabil împreună cu un profesor bun și să obținem rezultate. Nu a funcționat niciodată așa, dar atâta timp cât a avut loc învățarea, am scăpat de naivi. Până de curând, profesorii erau capabili să calare pe coada orientării puternice pentru adulți generată de cultură și societate. Timpul acela a trecut. Problema cu care ne confruntăm acum în ceea ce privește educația copiilor noștri nu este ceva pe care banii îl pot rezolva, curriculum-ul pe care îl pot rezolva sau tehnologia informației nu poate remedia. Este mai mare decât toate acestea, dar și mai simplă.

Cunoașterea, spunea Goethe, nu poate fi pusă în minte ca monedele într-o pungă. Capacitatea de predare a oricărui elev este rezultatul multor factori: o dorință de a învăța și de a înțelege, un interes pentru necunoscut, o disponibilitate de a-și asuma anumite

riscuri și o deschidere pentru a fi influențat și corectat. Este nevoie, de asemenea, de o conexiune cu profesorul, o înclinație de a acorda atenție, o disponibilitate de a cere ajutor, aspirații de a se măsura și de a realiza și, nu în ultimul rând, o înclinație spre muncă. Toți acești factori sunt înrădăcinați sau afectați de atașament.

La o analiză atentă, patru calități esențiale sunt esențiale în determinarea capacității de predare a unui copil: o curiozitate naturală, o minte integratoare, o capacitate de a beneficia de corecție și o relație cu profesorul. Atașamentul sănătos sporește fiecare dintre acestea; orientarea către egali îi subminează pe toți.

ORIENTAREA PEER STINGE CURIOSITATEA

În mod ideal, ceea ce ar trebui să conducă un copil să învețe este o curiozitate deschisă la minte despre lume. Copilul ar trebui să pună întrebări înainte de a veni cu răspunsuri, să exploreze înainte de a descoperi adevăruri și să experimenteze înainte de a ajunge la concluzii ferme. Curiozitatea, însă, nu este o parte inerentă a personalității unui copil. Este rodul procesului emergent – cu alte cuvinte, o consecință a dezvoltării responsabilă pentru a face copilul viabil ca o ființă separată, independentă și capabilă să funcționeze în afara atașamentelor.

Copiii foarte emergenti au de obicei domenii de interes intens și sunt intrinsec motivați să învețe. Ei obțin o mare satisfacție din formarea unei perspective sau prin înțelegerea modului în care funcționează ceva. Ei își creează propriile obiective în jurul învățării. Le place să fie originali și să caute stăpânirea de sine. Cursanții emergenti se bucură de responsabilitate și se mișcă spontan pentru a-și realiza propriul potențial.

Pentru profesorii care apreciază curiozitatea, invită întrebări și oferă intereselor copilului în frunte, cursanții emergenti sunt o plăcere să predea. Pentru astfel de copii, cei mai buni profesori sunt cei care servesc drept mentori, alimentându-le interesele, aprinzându-le pasiunile, punându-i la conducerea propriei lor învățături. Dacă cursanții emergenti nu au rezultate bune în școală,

probabil că, având propriile idei pentru ceea ce doresc să învețe, ei experimentează curriculumul impus de profesor ca o intruziune nedorită.

Curiozitatea este un lux, din punct de vedere al dezvoltării. Atașamentul este cel mai important. Până când se eliberează ceva energie din nevoia de a urmări atașamente sigure și sigure, aventurarea în necunoscut nu este pe agenda dezvoltării. De aceea, orientarea către colegi ucide curiozitatea. Elevii orientați spre colegii sunt complet preocupați de problemele atașamentului. În loc să fie interesați de necunoscut, se plictisesc de orice lucru care nu servește scopului atașamentului de la egal la egal. Plictiseala este o epidemie printre cei orientați spre egali.

Mai este o problemă legată de curiozitate. Curiozitatea face o persoană extrem de vulnerabilă în lumea „cool". Minunea cu ochii deschiși, entuziasmul față de un subiect, întrebările despre cum funcționează lucrurile, originalitatea unei idei - toate acestea expun copilul la ridicolul și rușinea semenilor. Fuga de vulnerabilitate a copiilor orientați spre egali își stinge propria curiozitate, precum și inhibă curiozitatea celor din jur. Orientarea către colegi a copiilor noștri face din curiozitate un concept pe cale de dispariție.

ORIENTAREA PEER PLĂCește mintea integratoare

Pentru auto-motivare, ajută să ai o minte integrativă, adică o minte capabilă să proceseze impulsuri sau gânduri contradictorii. La un copil cu o capacitate integrativă bine dezvoltată, a nu vrea să meargă la școală trezește îngrijorări cu privire la lipsa școlii, a nu vrea să se trezească dimineața declanșează o teamă de întârziere. Lipsa de interes pentru a acorda atenție profesorului este temperată de interesul de a face bine, rezistența de a face ceea ce ni se spune, atenuată de conștientizarea că neascultarea are consecințe neplăcute.

Pentru o învățare integrativă, un copil trebuie să fie suficient de matur pentru a tolera să aibă două minți – să aducă sentimente amestecate, să genereze gânduri secundare, să experimenteze

ambivalența. Pentru prezența elementului de temperare – componenta care ar contracara impulsurile care subminează învățarea – și copilul trebuie să fie atașat corespunzător. Ea trebuie să fie capabilă să simtă profund și vulnerabil. De exemplu, un copil trebuie să fie suficient de atașat încât să-i pese de ceea ce gândesc adulții – părinții și profesorii săi –, să-i pese de așteptările lor, să-i pese să nu-i supere sau să-i înstrăineze. Un elev trebuie să fie investit emoțional în învățare, să fie entuziasmat să descopere ceva. A nu fi vulnerabil – a nu-ți pasă – paralizează învățarea și distruge capacitatea de predare.

Elevii au nevoie de o inteligență integrativă pentru un tip de învățare care este mai mult decât memorie și regurgitare. Pentru a rezolva probleme, un elev trebuie să proceseze mai mult decât unidimensional. Dincolo de simple fapte, el trebuie să descopere teme, să discearnă semnificații mai profunde, să înțeleagă metafora, să descopere principiul de bază. Un elev trebuie să știe să distileze un corp de material până la esență sau să pună piesele împreună într-un întreg armonios. Orice altceva decât gândirea concretă necesită o minte integrativă. Așa cum percepția în profunzime necesită doi ochi, învățarea în profunzime necesită abilitatea de a vedea lucrurile din cel puțin două puncte de vedere. Dacă ochiul minții este singular, nu există nicio profunzime sau perspectivă, nici o sinteză sau distilare, nici o pătrundere către un sens și un adevăr mai profund. Contextul nu este luat în considerare; figura și fundalul nu sunt diferențiate.

Din păcate, inteligența brută a unui student nu se traduce automat în inteligență integrativă. Așa cum am discutat în capitolul 9, funcționarea integrativă este un fruct al maturizării – însuși procesul pe care orientarea semenilor îl oprește. Imaturii nu reușesc să dezvolte abilități integrative.

Pedagogia și programa noastră iau de la sine abilitățile integrative ale copiilor. Când noi, ca educatori, nu reușim să înregistrăm ceea ce lipsește, nu reușim nici să realizăm cu ce ne confruntăm în încercarea de a tempera gândirea sau comportamentul copiilor. Încercăm să-i facem să facă ceva de care mintea lor nu este capabilă,

iar când nu reușim, îi pedepsim pentru acel eșec. Cei cu minți integratoare presupun că toți ceilalți pot gândi la fel. Dar această presupunere nu se mai potrivește tipurilor de elevi cu care ne confruntăm astăzi în sălile de clasă. Copiii cărora le lipsește inteligența integrativă nu sunt supuși acestei forme de predare și trebuie abordați diferit. Elevii orientați spre colegi sunt mai susceptibili de a fi elevi cu dizabilități – nemodificați în gândire, sentiment și acțiune.

ORIENTAREA PEER PERICULEAZĂ ÎNVĂȚAREA ADAPTĂ DE ÎNCERCARE ȘI EROARE

Majoritatea învățării se produce prin adaptare, printr-un proces de încercare și eroare. Încercăm noi sarcini, facem greșeli, întâmpinăm piedici, greșim lucrurile – și apoi tragem concluziile potrivite sau punem pe altcineva să le tragă pentru noi. Eșecul este o parte esențială a procesului de învățare, iar corectarea este instrumentul principal al predării. Fuga de vulnerabilitatea evocată de orientarea către egali aduce trei lovituri devastatoare acestei căi principale de învățare.

Prima lovitură lovește partea de probă a procesului. A încerca lucruri noi implică asumarea unui risc: a citi cu voce tare, a oferi o opinie, a păși pe un teritoriu necunoscut, a experimenta o idee. O astfel de experimentare este un câmp minat de posibile greșeli, reacții imprevizibile și răspunsuri negative. Când vulnerabilitatea este deja prea mult de suportat, așa cum este pentru majoritatea copiilor orientați spre egali, aceste riscuri par inacceptabile.

A doua lovitură lovește capacitatea copilului orientat spre egali de a beneficia de eroare. Înainte de a putea învăța din greșelile noastre, trebuie să le recunoaștem și să ne recunoaștem eșecul. Trebuie să ne asumăm responsabilitatea dacă vrem să profităm de pe urma erorilor noastre și trebuie să primim ajutor, sfaturi și corectări. Din nou, elevii orientați spre colegii sunt adesea prea apărați împotriva vulnerabilității pentru a deveni conștienți de greșelile lor sau pentru a-și asuma responsabilitatea pentru eșecurile lor. Dacă nota la un test este prea slabă pentru ca un astfel de elev să o poată tolera, el

va învinovăți eșecul pe altcineva – sau pe altcineva. Sau își va distrage atenția de la a se confrunta cu problema. Creierul copiilor care sunt apărați împotriva vulnerabilității renunță la orice lucru care ar da naștere la o simțire, în acest caz recunoașterea greșelilor și a eșecului. Chiar și corectarea ușoară de către un profesor sau un părinte poate amenința un astfel de copil cu un sentiment de inadecvare și rușine, sentimentul că „ceva nu este în regulă cu mine”. A sublinia ce au greșit ei va evoca de la astfel de copii reacții nespus de evazive sau ostile. Adulții interpretează adesea aceste răspunsuri ca nepoliticos, dar ele au într-adevăr funcția de a-i împiedica pe acești copii să-și simtă vulnerabilitatea.

A treia lovitură împotriva învățării prin încercare și eroare este că inutilitatea unui curs de acțiune nu se scufundă atunci când un copil este prea apărat împotriva vulnerabilității. După cum am subliniat mai devreme, frustrarea trebuie să se transforme în sentimente de inutilitate pentru ca creierul să-și dea seama că ceva nu funcționează (vezi capitolul 9). Înregistrarea inutilității este esența învățării adaptive. Când emoțiile noastre sunt prea întărite pentru a permite tristețea sau dezamăgirea în legătură cu ceva care nu a reușit, nu răspundem învățând din greșeala noastră, ci evadând frustrarea. În cazul elevilor, ținta externă va fi profesorul „idiot”, sarcinile „plictisitoare”, lipsa timpului. Ținta internă poate fi sinele, ca în „Sunt atât de prost”. Oricum, nebunul nu se transformă în trist, emoția asociată cu experimentarea cu adevărat inutilității nu iese la suprafață. Obiceiurile de muncă nu sunt modificate, strategiile de învățare nu sunt modificate și handicapurile nu sunt depășite. Copiii blocați în acest mod nu dezvoltă rezistența pentru a face față eșecului și corectării. Sunt blocați în tot ceea ce nu funcționează. În practica mea, văd un număr tot mai mare de copii care fac aceleași lucruri din nou și din nou și din nou, în ciuda eșecurilor repetate.

ORIENTAREA PE PEER I FACE STUDENȚI ÎN CEVAȚI BAZATE PE ATASAMENT, CHIAR ÎI ATATAȚI DE MENTORI GREȘTI

După cum am menționat mai devreme în acest capitol, din perspectiva dezvoltării există doar patru procese de învățare de

bază. Am discutat despre modul în care orientarea la egal la egal subminează trei dintre acestea: învățarea emergentă, învățarea integrativă și învățarea adaptivă. Atâta timp cât copiii sunt cursanți emergenti, ei pot fi predați de profesori care permit intereselor lor să preia conducerea. Copiii care sunt integratori pot fi puși față în față cu factorii conflictuali care trebuie luați în considerare atunci când rezolvă o problemă. Copiii adaptabili pot fi învățați prin încercări și erori și corecție. Astfel de copii pot fi învățați chiar și de cei de care nu sunt atașați. Când aceste procese cruciale de învățare sunt suprimate, învățarea devine dependentă doar de o singură dinamică: atașamentul. Elevii afectați de lipsa lor de apariție, integrare sau adaptabilitate pot învăța doar atunci când atașamentul este într-un fel implicat. Dorința lor de a învăța poate să nu fie internă, dar poate fi puternică dacă sunt motivați de un impuls puternic de a fi aproape de adultul care preda – fie că este vorba de profesorul de la clasă sau de părintele educator la domiciliu sau de prietenul de familie care poate acționa ca un mentor.

Atașamentul este de departe cel mai puternic proces în învățare și este cu siguranță suficient pentru sarcină, chiar și fără ajutorul curiozității sau capacitatea de a beneficia de corecție. Au existat întotdeauna studenți cărora le-a lipsit funcționarea adaptativă, emergentă și integrativă. Deși sunt handicapați în ceea ce privește realizarea întregului potențial, deseori pot performa bine. Cursanții bazați pe atașament sunt foarte motivați în moduri care nu sunt alți studenți. De exemplu, ei sunt mai predispuși să învețe prin imitație, modelare, memorare și luare de indicii. Studenții bazați pe atașament doresc, de asemenea, să se îndeplinească și vor fi motivați să lucreze pentru aprobare și pentru recunoaștere și statut. Problema apare nu atunci când copiii sunt restricționați la învățarea bazată pe atașament, ci atunci când devin atașați de colegi, mai degrabă decât de adulții care îndrumă.

Ethan, de exemplu, a fost aproape exclusiv un cursant bazat pe atașament pentru început. Era puțin interesat de lucruri cu care nu era familiarizat. Funcționarea lui adaptativă a fost minimă chiar înainte de a deveni orientată către colegi. Astfel, Ethan a fost predat

doar prin atașament și numai de către profesori de care se simțea aproape. Avusese o experiență mizerabilă în clasa a II-a, un an în care nu reușise să facă o legătură cu profesorul său. Orientarea lui recent găsită la egal la egal nu a fost ceea ce l-a făcut să devină un cursant bazat pe atașament, dar ceea ce a făcut a fost să-i distrugă complet chiar și capacitatea de a învăța bazată pe atașament. Un copil care este obișnuit să învețe doar prin atașament și ale cărui instincte sunt direcționate greșit de orientarea către semeni îi va fi mult redusă capacitatea de predare, indiferent cât de promițător ar fi potențialul său înnăscut.

Mia, pe de altă parte, fusese foarte educabilă înainte de a fi orientată către colegi, chiar și de către cei de care nu era atașată. Orientarea către colegi i-a stins curiozitatea, i-a tocit mintea integratoare și i-a sabotat capacitatea de a învăța din încercări și erori. Orientarea către colegi a transformat-o într-un cursant bazat pe atașament în mod implicit. Inteligența Miei se concentra acum doar pe un singur scop: apropierea cu prietenii ei.

Pentru unii copii, decizia de a „a amuți” este pe deplin conștientă. „În clasele a șasea și a șaptea am fost întotdeauna în fruntea clasei mele”, își amintește Ross, în vârstă de douăzeci și nouă de ani, acum instructor de fitness. „Am primit fiecare premiu. În clasa a opta, când aveam treisprezece ani, alți copii au început să-și bată joc de mine. Dintr-o dată nu am fost deștept – eram un tocilar. Nu a fost grozav. Am vrut să fiu cu sportivii, cu cei din mulțime. Alegerea mea a fost să mă potrivesc. M-am asigurat că nu primesc note grozave. Am făcut greșeli în mod deliberat la matematică, doar ca să nu am notă perfectă. De-a lungul anilor, acest lucru a dus la obiceiuri proaste de studiu și, în ultimii doi ani de liceu, „planul” meu a reușit prea bine. Chiar și la facultate, obiceiurile mele proaste de studiu au persistat și nu mi-am terminat niciodată diploma. Acum mi-aș fi dorit să fi fost mai autoadaptat în adolescență, mai puțin îngrijorat de ceea ce gândeau prietenii mei.”

ORIENTAREA PEER RANDĂ STUDIILE IRELEVANTE

Pentru cei orientați către colegi, subiectele academice devin irelevante. Istoria, cultura, contradicțiile societății sau minunile naturii nu le interesează. Cum este legată chimia de a fi cu prietenii? Cum ajută biologia să facă lucrurile să funcționeze cu colegii? La ce folosesc matematica, literatura, studiile sociale în probleme de atașament? Cuvintele hitului cântec de la sfârșitul anilor cincizeci îl surprind perfect: „Nu știu prea multe despre istorie, nu știu multă biologie... Dar știu că te iubesc”.

Educația formală nu este apreciată în mod intrinsec de către tineri. Este nevoie de puțină maturitate pentru a realiza că educația poate deschide minți și uși și că poate umaniza și civiliza. Ceea ce au nevoie elevii este să-i pună în valoare pe cei care prețuiesc educația. Cel puțin așa ne-ar urma indiciile până vor deveni suficient de maturi pentru a ajunge la propriile concluzii. Elevii orientați către colegi știu instinctiv că prietenii contează cel mai mult și că a fi împreună este tot ceea ce contează. Argumentul împotriva instinctului cuiva, chiar și a instinctului distorsionat, este imposibil.

ORIENTAREA PEER PIED ELEVII DE PROFESORI LOR

Tinerii imaturi depind de atașament pentru a-i ajuta să învețe. Cu cât copilul este mai puțin emergent, integrator și adaptativ, cu atât acest lucru va fi mai adevărat. În capitolul 5, am explicat că atașamentul poate fi util pentru părinți și profesori prin captarea atenției copilului, evocându-i respectul și făcând copilul susceptibil de a fi influențat – procese esențiale pentru scopul educației copilului. Copiii orientați spre adulți privesc adulții ca pe punctele de busolă umană de la care să-și orienteze și să-și orienteze. Ei vor fi loiali profesorului mai degrabă decât grupului de colegi și îl vor vedea pe profesor ca un model, o autoritate și o sursă de inspirație. Când copiii se atașează de un profesor, acel profesor are puterea naturală de a scrie comportamentul copilului, de a solicita bune intenții, de a inculca valori societale. Dar cine sunt profesorii desemnați ai copilului orientat spre egali? Nu profesorii angajați de consiliul școlii. Odată ce un copil este orientat spre colegii,

învățarea atinge vârfuri în timpul pauzei, ora prânzului, după școală și în pauzele dintre ore. Ceea ce copiii orientați spre colegii învață nu va veni de la profesor sau din programa. Nimic din atașamentele unui copil nu va dicta în mod automat loialitatea față de educatorii autorizați de guvern, pregătiți de universitate și numiți instituțional. Când atașamentul este distorsionat, profesorul devine ineficient, indiferent cât de bine instruit, cât de dedicat sau venerat de alții.

Nu neglijăm valoarea ca un profesor să aibă o educație superioară, o experiență bogată, un angajament profund, un curriculum bun sau acces la tehnologie. Dar acestea nu împuternicesc în mod fundamental un profesor să predea. Copiii învață cel mai bine atunci când le place profesorul lor și cred că profesorul lor îi place. Drumul către mințile copiilor a fost întotdeauna prin inimile lor.

Abordarea noastră postindustrială a educației a tins să fie idealistă, luând de la sine înțeles că copiii pot fi predați de profesori de care nu sunt atașați. În ultimele decenii, anumite abordări educaționale bine intenționate și chiar bine gândite au încercat să valorifice factorii emergenti, adaptativi și integrativi în învățare, făcând loc intereselor, individualității, interacțiunii și alegerilor elevilor. Dacă au eșuat adesea, nu este pentru că greșesc în ei înșiși, ci pentru că orientarea la egal la egal i-a făcut pe studenți impermeabili față de ei. Copiii orientați spre egali sunt în mod implicit niște cursanți bazați pe atașament, incapabili de învățare emergentă, adaptativă și integrativă. Problema este că atașamentele lor greșite direcționate îi fac să învețe de la profesorii greșiți.

Criticii conservatori ai educației consideră abordările moderne, „iluminate” ale predării drept eșecuri, percepându-le ca semănând anarhie, lipsă de respect și neascultare. Mulți privesc peste ape la abordările mai autoritare și mai structurate ale Europei continentale și Asiei. Ceea ce ei nu realizează este că aceste sisteme educaționale tradiționale există în societăți în care, relativ vorbind, atașamentele adulților sunt încă intacte. Asta le dă validitate și putere. Dar chiar și aceste sisteme educaționale prezintă slăbiciuni pe măsură ce atașamentele ierarhice tradiționale se destramă. Am avut ocazia să

fiu martor personal la acest lucru în Japonia și să particip în calitate de savant invitat la o conferință educațională dedicată explorării problemelor unui sistem aflat sub presiune. Nicio societate postindustrializată nu pare imună. Odată ce o societate începe să prețuiască economia în detrimentul culturii, defalcarea este inevitabilă și satul de atașament începe să se dezintegreze. Profesorii din sistemele educaționale autoritare nu și-au dat seama încă că conexiunea, nu constrângerea, a facilitat învățarea. Sistemul nostru educațional trebuie să fie capabil să exploateze procesele emergente, integrative și adaptative acolo unde acestea există, dar trebuie, de asemenea, să creeze o plasă de siguranță de conexiune și relație pentru a împiedica cursanții bazați pe atașament să treacă prin fisuri. Abordările autoritare care privesc înapoi la trecut nu pot decât să înrăutățească lucrurile.

Având în vedere că orientarea către egali ne distruge sistemul educațional, s-ar crede că ne-am alarma, căutând modalități de a inversa tendința sau cel puțin de a o încetini. Dimpotrivă, noi, în calitate de educatori și părinți, ajutăm și susținem de fapt acest fenomen. Abordarea noastră „iluminată” a educației centrată pe copil ne face să studiem copiii și să confundăm ceea ce este cu ceea ce ar trebui să fie, dorințele lor cu nevoile lor. A apărut un mit educațional periculos conform căruia copiii învață cel mai bine de la semenii lor. O fac, parțial pentru că colegii sunt mai ușor de imitat decât adulții, dar mai ales pentru că copiii au devenit atât de orientați spre egali. Ceea ce învață, însă, nu este valoarea gândirii, importanța individualității, misterele naturii, secretele științei, temele existenței umane, lecțiile de istorie, logica matematicii, esența tragediei. Nici ei nu învață despre ce este în mod deosebit uman, cum să devenim uman, de ce avem legi sau ce înseamnă să fii nobil. Ceea ce învață copiii de la semenii lor este cum să vorbească ca semenii lor, să meargă ca semenii lor, să se îmbrace ca semenii lor, să se comporte ca semenii lor, să arate ca semenii lor. Pe scurt, ceea ce învață este cum să se conformeze și să imite.

Învățarea de la egal la egal îi face pe elevi mai independenți de profesori, mult spre ușurarea, fără îndoială, a multor educatori

suprasolicitați. Din păcate, studenții nu înregistrează nici un progres în dezvoltare. Sensul rădăcină al lui pedagog este „conducător” – în special, cel care conduce copiii. Profesorii pot conduce doar dacă elevii lor îi urmează, iar elevii îi vor urma doar pe cei de care sunt atașați. Din ce în ce mai mult, profesorii, s-ar părea, își iau indiciile de la elevii lor, punându-i astfel pe elevi în frunte și compromițând însuși spiritul pedagogiei.

Orientarea către egali face ca sarcina deja formidabilă de a educa tinerii să fie mult mai grea, aducând o taxă puternică asupra profesorilor în ceea ce privește moralul, nivelul de stres și chiar sănătatea fizică. Orientarea către colegi îi face pe studenți rezistenți la agendele profesorilor lor și angajați într-o campanie perpetuă de lucru pentru a guverna. A întâmpina rezistența cronică este o rețetă sigură pentru epuizare. A preda mai greu nu este răspunsul. Intrarea în afacerea atașamentului este singurul mod în care predarea poate fi ușoară. Ceea ce împlinește un profesor este să-i deschidă mintea unui elev. Și pentru a deschide mințile studenților noștri, trebuie mai întâi să le câștigăm inimile.

Un ultim cuvânt despre educație. În această eră a specializării și a experților, ne putem gândi la predare ca fiind datoria exclusivă a profesorilor. Totuși, dacă am recunoaște rolul atașamentului în facilitarea învățării și în prevenirea orientării către colegi, am vedea că educația tinerilor noștri este o responsabilitate socială împărtășită în mod egal de părinți, profesori și toți adulții care intră în contact cu tinerii noștri - și , de asemenea, dintre toți cei care modelează natura societății și culturii în care copiii se dezvoltă și învață despre viață.

PART FOUR

HOW TO HOLD ON TO OUR KIDS (or How to Reclaim Them)

14 COLECTAREA COPIILOR NOȘTRI

PÂNĂ ACUM ÎN această carte am arătat că societatea noastră nu are legătura cu instinctele sale de părinți. Copiii noștri se conectează unii cu alții – cu creaturi imature care nu le pot aduce la maturitate. Acum ne uităm la soluții. Cum putem noi, ca părinți și profesori, să ne reasumăm rolurile desemnate de natură ca mentori și îngrijitori ai tinerilor noștri, ca modele și lideri cărora ei le caută îndrumare?

Am spus în capitolul 1 că parentingul necesită un context pentru a fi eficient, relația de atașament. Ca cultură și ca indivizi, am permis, fără să vrea, orientării către egali să erodeze acel context. Este timpul să-l restaurați. În fruntea agendei noastre trebuie să plasăm sarcina de a ne aduna copiii - de a-i atrage sub aripa noastră, făcându-i să-și dorească să ne aparțină nouă și cu noi. Nu mai putem presupune, așa cum puteau părinții din vremurile mai vechi, că o legătură puternică timpurie între noi și copiii noștri va dura atâta timp cât avem nevoie de ea. Indiferent cât de mare este dragostea noastră sau cât de bine intenționată este educația noastră, în circumstanțele actuale avem mai puțină marjă de eroare decât au avut părinții până acum. Ne confruntăm cu prea multă concurență. Pentru a compensa haosul cultural al vremurilor noastre, trebuie să ne obișnuim să ne adunăm copiii zilnic și în mod repetat, până când aceștia sunt suficient de mari pentru a funcționa ca ființe independente. Vestea bună este că natura – natura noastră – ne spune cum să facem asta.

La fel ca albinele, păsările și multe alte creaturi, noi, ființele umane, folosim comportamente instinctive pentru a provoca răspunsurile de atașament ale celuilalt. Avem și un fel de dans de curte menit să atragă alți oameni și să formeze legături cu ei. Fără

îndoială, cea mai esențială funcție a acestui dans, la egalitate cu procrearea, este colecția de copii. Când adulții sunt în preajma bebelușilor, chiar dacă nu sunt al lor, aceste instincte de luptă prind viață aproape automat - zâmbetele, încuviințarea din cap, ochii mari, sunetele de răcnet. Îmi place să numesc acest tip de comportament instinctiv atașamentul sau dansul colecționar.

Ai crede că, dacă dansul atașamentului face parte din natura noastră, nu ar trebui să avem nicio problemă să ne adunăm copiii atâta timp cât avem nevoie. Din păcate, nu funcționează așa. Deși pașii ne sunt înnăscuți tuturor, nu îi vom efectua dacă ne-am pierdut legătura cu intuiția. Pentru mulți adulți, instinctele de colectare a copiilor nu mai sunt declanșate cu copiii care au trecut de copilărie – și mai ales nu cu copiii care, spre deosebire de bebelușul drăguț, ar putea să nu mai încerce să se atașeze activ de noi. Dacă vrem să ne adunăm copiii sub aripile noastre în mijlocul numeroaselor distrageri și seducții ale culturii de astăzi, trebuie să aducem aceste instincte de colectare în conștientizarea noastră. Trebuie să ne concentrăm asupra lor în mod conștient. Trebuie să le folosim în educația noastră parentală și în predarea noastră la fel de intenționat pe cât ne-am folosi abilitățile de cortegire pentru a atrage un partener adult dezirabil cu care dorim să avem o relație.

Când observ adulții care interacționează cu bebelușii, pot vedea că dansul atașamentului are patru pași distincti. Acești pași progresează într-o anumită ordine și, pe măsură ce o fac, ei formează modelul de bază pentru toată interacțiunea de curte umană. Cei patru pași oferă succesiunea pe care trebuie să o urmăm în sarcina de a ne colecta copiii, din copilărie și mai departe, până la adolescență.

Intră în fața copilului – sau în spațiu – într-un mod prietenos

Obiectivul acestui prim pas este de a atrage privirea copilului, de a evoca un zâmbet și, dacă este posibil, de a da din cap. Cu bebelușii, intențiile noastre sunt, de obicei, flagrant evidente - ne trezim în

contorsiuni pentru a obține efectul dorit. Pe măsură ce copiii cresc, intențiile noastre ar trebui să fie mai puțin evidente, astfel încât să nu-i înstrăinăm. Mulți dintre noi s-au simțit enervați de agenții de vânzări, de exemplu, care duc prea departe comportamente de cortei și își asumă o familiaritate prea ușoară cu un potențial client.

Cu bebelușii, această interacțiune de curte este adesea un scop în sine, intrinsec satisfăcător pentru părinte atunci când are succes și complet frustrant atunci când nu. Nu există nicio agendă în spate; nu încercăm să-l facem pe copil să „facă" ceva. Construirea relațiilor este un scop în sine și ar trebui să rămână așa dincolo de copilărie și de-a lungul copilăriei. Cu accentul de astăzi pe strategia parentală, deseori ne concentrăm pe ce să facem și nu pe unde să ajungem. Punctul de plecare și scopul principal în toate conexiunile noastre cu copiii ar trebui să fie relația în sine, nu conduita sau comportamentul.

Cu cât copiii devin mai mari, cu atât avem mai multe șanse să le punem în față doar când ceva nu merge bine. Această tendință începe în stadiul de copil activ, când părintele trebuie să protejeze copilul de rău. Potrivit unui studiu, chiar la începutul acestei etape de explorare mobilă și agitată, 90% din comportamentul matern constă în afecțiune, joacă și îngrijire, doar 5% fiind concepute pentru a interzice copilului mic activitatea continuă. În următoarele luni, are loc o schimbare radicală. Curiozitatea și impulsivitatea copilului trezit îl conduc în multe situații în care părintele trebuie să acționeze ca o influență inhibitoare. Între vârstele de unsprezece și șaptesprezece luni, un copil mic se confruntă cu o interdicție la fiecare nouă minute. Scopul în astfel de întâlniri nu este acela de a aduna emoțional copiii, ci de a-i corecta sau dirija. Undeva în această perioadă, sau puțin mai târziu, ne-am oprit instinctele de colectare. În același mod, comportamentul de curtare a adulților dispare adesea odată ce relația a fost cimentată. Începem să luăm relația de bună. Oricât de greșită ar putea fi această omisiune în atașamentul adulților, este dezastruoasă pentru copii. Chiar dacă trebuie să fim gardienii siguranței și bunăstării copiilor noștri, trebuie să continuăm să le vedem în moduri care sunt calde și

primitoare, care să-i ademenească în continuare să rămână în relație cu noi.

Pe măsură ce copiii îmbătrânesc sau devin rezistenți la contact, provocarea se schimbă de la a intra în fața lor într-un mod prietenos la a intra în „spațiul” lor într-un mod prietenos. Deși sarcina este mai dificilă, trebuie să ne concentrăm întotdeauna pe obiectivul de a colecta copilul. „Este adevărat”, a recunoscut David, tatăl unui tânăr de paisprezece ani. „Când mă uit la felul în care vorbesc cu fiica mea, de cele mai multe ori este pentru a o face să facă ceva, sau pentru a o învăța ceva sau pentru a-și schimba cumva comportamentul. Rareori este vorba doar de a fi împreună și de a te bucura de ea.”

Dansul colecționar nu poate evolua dacă urmărim obiective comportamentale pe termen scurt. Îndreptându-ne atenția către obiectivul pe termen lung al unei relații de îngrijire, ar trebui să descoperim din interior mișcările care ne pot duce acolo. Ne putem lua inima din știința că avem instinctele și intuițiile de partea noastră, chiar dacă acestea au fost latente de o vreme. Permiteți-vă să experimentați și să explorați. Este o chestiune de încercare și eroare, nu o prescripție comportamentală. Pentru fiecare copil, va apărea un dans diferit.

Este deosebit de important să ne ridicăm copiii după orice moment de despărțire. Ritualurile de atașament, alimentate de acest instinct de colectare, există în multe culturi. Cel mai frecvent este salutul, care este condiția prealabilă pentru toate interacțiunile de succes. Când este pe deplin desăvârșit, un salut ar trebui să adună ochii, un zâmbet și un încuviințare din cap. A ignora acest pas este o greșeală costisitoare. În unele culturi, cum ar fi în Provence și în unele țări latine, salutarea copiilor este încă obișnuită și așteptată. În societatea noastră, de multe ori nici măcar nu ne salutăm propriul copil, indiferent de al nimănui. Pe măsură ce copiii își pierd propria inițiativă de a se conecta cu noi după momente de separare, s-ar putea să ni se pară mai puțin important să ajungem la ei. Nimic nu poate fi mai departe de adevăr. Trebuie să compensăm cu propriul entuziasm și inițiativă.

Cele mai evidente despărțiri sunt cauzate de școală și de muncă, dar multe alte experiențe ne pot despărți și pe noi. Uneori, separarea se poate datora faptului că un copil este preocupat, să zicem, de televiziune, joacă, lectură sau teme. Prima interacțiune ar trebui să fie restabilirea conexiunii. Dacă nu putem colecta din nou copilul, nu prea va funcționa. Este inutil și frustrant, de exemplu, să îi dai unui copil instrucțiuni atunci când este complet concentrat pe televizor. Într-un astfel de moment, înainte de a-i chema la cină, ar putea dori să ne așezăm lângă ei și, cu mâna pe umăr, să-i angajăm în interacțiune. Trebuie să includem un contact vizual. "Bună. Program bun? Arata interesant. Păcat, totuși, este timpul să venim la masă."

Adunarea copiilor noștri este importantă și după despărțirea cauzată de somn. Dimineața ar fi mult diferită în multe familii dacă părintele nu ar insista să fie părinte până când copilul nu a fost colectat corespunzător. Unul dintre obiceiurile noastre cele mai fructuoase când băieții noștri erau tineri a fost să creăm ceea ce noi numim o perioadă de încălzire a dimineții. Am desemnat două scaune confortabile în bârlogul nostru drept scaune de încălzire. Imediat după ce băieții au trezit-o pe soția mea, Joy, iar eu ne-am pus pe poale, i-am ținut, m-am jucat și am glumit cu ei până când ochii s-au aprins, zâmbetele au apărut și încuviințarea funcționează. După aceea, totul a mers mult mai lin. A meritat din plin investiția de a te trezi cu zece minute mai devreme pentru a începe ziua cu acest ritual de colectare, în loc să intri direct în educația parentală. Copiii sunt proiectați să înceapă în treapta întâi, indiferent de vârsta lor și de cât de maturi devin.

Pe scurt, trebuie să construim rutine de colectare a copiilor noștri în viața de zi cu zi. În plus, este deosebit de important să te reconectezi cu ei după orice fel de separare emoțională. Sentimentul conexiunii poate fi rupt, de exemplu, după o luptă sau ceartă, fie prin distanțare, neînțelegere sau furie. Contextul pentru parenting se pierde până când trecem la restabilirea a ceea ce psihologul Gershon Kaufman a numit „punte interpersonală". Și reconstruirea acelui pod este întotdeauna responsabilitatea noastră. Nu ne putem aștepta ca

copiii să o facă – nu sunt suficient de maturi pentru a înțelege nevoia.

Pentru profesorii și/sau alți adulți care se ocupă de copiii care nu sunt ai lor, colectarea acestora ar trebui să fie întotdeauna primul lucru. Dacă încercăm să avem grijă de copii sau să-i instruim fără să-i fi strâns mai întâi, ne opunem instinctului lor firesc de a rezista solicitărilor și instrucțiunilor străinilor.

Fără îndoială, acest act de a colecta un copil îl deosebește pe maestrul profesor de toți ceilalți. Nu voi uita niciodată experiența mea cu prima mea profesoară, doamna Ackerberg. După ce mama m-a depus în pragul clasei mele de clasa întâi și înainte să am șansa să fiu distrasă de un alt copil, această femeie minunată zâmbitoare a venit alunecând prin cameră și m-a angajat într-un mod cât se poate de prietenos, salutându-mă pe nume. , spunându-mi cât de bucuroasă a fost că sunt în clasa ei și asigurându-mă ce an bun vom avea. Sunt sigur că i-a luat foarte puțin timp să mă ia. După aceea, am fost tot al ei și mai degrabă imun la alte atașamente. nu am avut nevoie de ele; Am fost deja luat. Nu am fost colectat din nou de un profesor până în clasa a cincea. Anii dintre ani au fost o experiență în sălbăticie în ceea ce privește educația mea.

Oferiți-i copilului ceva de care să se țină

Principiul din spatele următorului pas este simplu: pentru a angaja instinctele de atașament ale copiilor, trebuie să le oferim ceva de care să ne atașăm. La sugari, aceasta implică adesea plasarea unui deget în palma mâinii lor. Dacă creierul de atașament al copilului este receptiv, ea va apuca degetul; dacă nu, își va trage mâna. Nu este un reflex muscular involuntar, cum ar fi cel provocat de lovirea sub genunchi, ci un reflex de atașament, unul dintre multele prezente de la naștere, care permit activități precum hrănirea și îmbrățișarea. Indică faptul că instinctele de atașament au fost activate. Copilul este acum gata să fie îngrijit.

Nici adultul, nici copilul nu știu sau apreciază ceea ce se întâmplă. Această simplă strângere cu degetul este o interacțiune în

întregime inconștientă, al cărei obiectiv este de a stimula instinctele de atașament, de a-l determina pe copil să se țină. În acest caz, copilul se ține fizic, dar scopul fundamental include conexiunea emoțională. Punând degetul în palma copilului, emitem o invitație la conectare. Astfel, partea noastră de dans începe cu o invitație.

Pe măsură ce copiii cresc, scopul exercițiului nu este să se țină fizic, ci să se țină la figurat. Trebuie să le oferim copiilor ceva de înțeles, ceva de care să aibă drag, ceva de care să-și ia la inimă și să nu vrea să renunțe. Orice oferim trebuie să vină de la noi sau să fie al nostru pentru a dărui. Și orice le dăm copiilor noștri, cheia este că, ținându-se de asta, ei se vor ține de noi.

Atenția și interesul sunt amorse puternice de conexiune. Semnele de afecțiune sunt puternice. Cercetătorii au identificat căldura emoțională, plăcerea și încântarea în fruntea listei ca activatori eficienți ai atașamentului. Dacă avem o sclipire în ochi și ceva căldură în voce, invităm o conexiune pe care majoritatea copiilor nu o vor refuza. Când le dăm copiilor semne că ei contează pentru noi, cei mai mulți copii vor dori să păstreze cunoștințele că sunt speciali pentru noi și apreciați în viața noastră.

Pentru copiii noștri, componenta fizică este cheia. Îmbrățișările și îmbrățișările au fost concepute pentru ca copiii să se țină și pot încălzi un copil mult timp după încheierea îmbrățișării. Nu este de mirare că mulți adulți din consiliere încă se întristează din cauza sărăciei căldurii fizice pe care le-au oferit-o părinții lor în copilărie.

Sunt adesea întrebat de profesori cum să cultive conexiunea în aceste zile, acum că contactul fizic este o problemă atât de controversată. Atingerea este doar unul dintre cele cinci simțuri, iar simțurile sunt doar una dintre cele șase moduri de conectare. (Pentru cele șase moduri de atașament, vezi capitolul 2.) Deși atingerea este importantă, trebuie să ținem cont de faptul că cu siguranță nu este singura modalitate de a vă conecta cu copiii.

Pentru copiii care sunt apărați emoțional împotriva atașării într-unul dintre modurile mai vulnerabile, poate fi necesar să se concentreze asupra ofertelor mai puțin vulnerabile - cum ar fi

transmiterea unui sentiment de asemănare cu un tânăr sau găsirea unei oportunitati de a demonstra o anumită loialitate fiind de partea lui. În munca mea cu tinerii infractori, de aici am început aproape întotdeauna. Uneori ar fi la fel de simplu ca să observăm că amândoi aveam ochi albaștri sau că împărtășim un interes similar și aveam ceva în comun. Mai presus de toate, un adult trebuie să dea ceva înainte ca copilul să reziste.

Darul suprem este să-l facem pe copil să se simtă invitat să existe în prezența noastră exact așa cum este, să ne exprimăm bucuria față de însăși ființa lui. Există mii de moduri în care această invitație poate fi transmisă: prin gesturi, cuvinte, simboluri și acțiuni. Copilul trebuie să știe că este dorită, specială, semnificativă, apreciată, apreciată, ratată și bucurată. Pentru ca copiii să primească pe deplin această invitație – să o creadă și să o poată ține chiar și atunci când nu suntem alături de ei fizic – trebuie să fie autentică și necondiționată. În capitolul 17, unde voi discuta despre disciplina eficientă, vom vedea cât de dăunătoare este atunci când separarea de părinte este folosită în mod punitiv împotriva copilului. A te angaja în acea tehnică adesea sfătuită, dar dăunătoare, înseamnă, de fapt, că copilul este invitat să existe în prezența noastră doar atunci când el sau ea se ridică la înălțimea valorilor și așteptărilor noastre - cu alte cuvinte, că relația noastră cu ele este condițional. Provocarea noastră ca părinți este să oferim o invitație prea dezirabilă și prea importantă pentru ca un copil să o refuze, o acceptare iubitoare pe care niciun egal nu o poate oferi. Prin ținerea de darul nostru de iubire necondiționată, copilul se va ține de noi din punct de vedere emoțional – la fel cum copilul ținea cu pumnul închis degetul părintelui.

Copilul trebuie să perceapă oferta noastră ca fiind spontană pentru conectarea la muncă. Poate părea contraintuitiv să spun asta – și îmi voi explica motivele în scurt timp – dar nu putem colecta un copil dând ceea ce se așteaptă, fie că face parte dintr-un ritual sau ca un cadou de ziua de naștere sau ca recompensă pentru o realizare. Indiferent cât de mult am face, ceea ce dăm în astfel de circumstanțe va fi asociat cu situația sau evenimentul, nu cu relația.

O astfel de dăruire nu satisface niciodată. Un copil se poate bucura de cadouri, fizice sau emoționale, care sunt așteptate, dar nevoile sale de atașament nu pot fi satisfăcute de ele.

Nu putem cultiva conexiunea satisfăcând cerințele unui copil, fie pentru atenție, pentru afecțiune, pentru recunoaștere sau pentru semnificație. Deși putem deteriora relația prin reținerea unui copil atunci când își exprimă o nevoie reală, satisfacerea nevoilor la cerere nu trebuie confundată cu îmbogățirea relației. În colectarea unui copil, elementul de inițiativă și surpriză este vital. A oferi ceva de care să te ții este cel mai eficient atunci când te aștepți mai puțin. Dacă ceea ce avem de oferit poate fi câștigat sau este văzut a fi un fel de recompensă, acesta nu va servi ca contact nutritiv. Ofertele noastre de conectare trebuie să decurgă din invitația fundamentală pe care o facem copilului. Acest pas în dans nu este un răspuns la copil. Este actul de a concepe o relație, de multe ori. Este o invitație de a dansa mama tuturor dansurilor — dansul atașamentului. Din nou, este o chestiune de a transmite o încântare spontană în însăși ființa copilului - nu atunci când cere ceva, ci atunci când nu este. Ne arătăm plăcerea în existența lui prin gesturi, zâmbete, tonul vocii, o îmbrățișare, un zâmbet jucăuș, prin sugestia unei activități comune sau pur și simplu printr-o sclipire în ochi.

Apropo, se crede larg că a ceda cererilor unui copil înseamnă a „răsfăța” copilul. Acea frică nu conține decât un sâmbure de adevăr. Unii părinți compensează atenția, conexiunea și contactul pe care nu le oferă, făcând concesii nediscriminatorii față de cerințele copilului. Când stricăm ceva, îi negăm condițiile pe care le cere. De exemplu, stricăm carnea lăsând-o afară din frigider. Adevărata răsfățare a copiilor nu constă în satisfacerea cererilor sau oferirea de cadouri, ci în ignorarea nevoilor lor autentice. Nepoata coautorului meu, o proaspătă mamă, o asistentă de la maternitate i-a spus să nu-și țină copilul în brațe atât de mult pentru că „o vei răsfăța”. Dimpotrivă, stricarea ar fi în negarea apropierii de sugar. În mod înțelept, mama a ignorat acest sfat „profesional”. Un sugar și un copil mic cărora li se acordă contact cu părinții neplăcut nu vor fi împins la exigențe excesive atunci când îmbătrânește.

Este adevărat că un copil extrem de nesigur poate solicita obositor de timp și atenție. Părintele poate tânji după răgaz, nu mai multă implicare. Enigma este că atenția acordată la cererea copilului nu este niciodată satisfăcătoare: lasă o incertitudine că părintele răspunde doar cererilor, nu se dă voluntar copilului. Cererile nu fac decât să escaladeze, fără ca nevoia emoțională care stă la baza lor să fie îndeplinită vreodată. Soluția este să profitați de momentul, să invitați contactul exact atunci când copilul nu o cere. Sau, dacă răspunde la cererea copilului, părintele poate lua inițiativa, exprimând mai mult interes și entuziasm decât anticipează copilul: „O, asta este o idee grozavă. Mă întrebam cum am putea petrece ceva timp împreună! Mă bucur atât de mult că te-ai gândit la asta." Luăm copilul prin surprindere, făcându-l să simtă că el este cel care primește invitația.

Nici nu se poate strânge un copil sau să-i ofere ceva de care să se țină împovărându-l cu laude. Lauda este de obicei despre ceva ce a făcut copilul și, ca atare, nu este nici un cadou, nici spontan. Lauda nu provine din adult, ci din realizările copilului. Un copil nu poate ține laudele, deoarece este supusă anulării la fiecare eșec. Chiar dacă s-ar putea ține de laude, nu s-ar ține de cel care laudă, ci de realizarea care a produs-o. Nu e de mirare că laudele se întorc la unii copii, producând un comportament contrar a ceea ce este lăudat sau determinând copilul să se retragă din relație în așteptarea că nu va rămâne în situație.

Spunem oare că copiii nu trebuie niciodată lăudați? Dimpotrivă, este util, plin de compasiune și bun pentru relație - orice relație - atunci când îi recunoaștem pe ceilalți pentru o contribuție specială pe care au adus-o sau pentru efortul sau energia pe care au cheltuit-o pentru ca ceva să se întâmple. Ceea ce spunem este că laudele nu trebuie exagerate, că ar trebui să avem grijă ca motivația copilului să depindă de admirația sau părerea bună a celorlalți. Imaginea de sine a copilului nu trebuie să se bazeze pe cât de bine sau cât de prost reușește să obțină aprobarea noastră prin realizări sau comportamente conforme. Fundamentul adevăratei stime de sine a

unui copil este sentimentul de a fi acceptat, iubit și bucurat de părinți exact așa cum este el, copilul.

Invitați Dependența

Dacă sugarul este suficient de mare, îi invităm la dependență întinzându-ne brațele ca și cum ar fi să-l ridicăm, apoi așteptând un răspuns înainte de a continua. Dacă instinctele sale de atașament sunt suficient de angajate, el va răspunde, ridicând brațele, indicând dorința de apropiere și disponibilitatea de a depinde. Rolurile reciproce ale părintelui și ale copilului în această coregrafie a atașamentului sunt intuitive.

A invita copilul la dependență înseamnă a spune, de fapt, Iată, lasă-mă să te port. Eu voi fi picioarele tale. Te poti baza pe mine. Te voi ține în siguranță. A invita un copil mai mare să depindă de noi înseamnă a-i transmite copilului că poate avea încredere în noi, poate conta pe noi, se sprijină pe noi, poate fi îngrijită de noi. Ea poate veni la noi pentru ajutor și poate aștepta ajutorul nostru. Îi spunem că suntem acolo pentru ea și că este în regulă ca ea să aibă nevoie de noi. Dar a continua fără să fi câștigat mai întâi încrederea copilului înseamnă a cere probleme. Acest lucru este valabil atât pentru părinte, cât și pentru lucrătorul de zi, babysitter, profesor, asistent maternal, părinte vitreg sau consilier.

Aici preocuparea noastră din noua lume pentru independență ne pune în cale. Nu avem nicio problemă să invităm la dependența copiilor, dar după această fază, independența devine agenda noastră principală. Fie că este ca copiii noștri să se îmbrace, să se hrănească, să se așeze, să se distreze, să gândească singuri, să-și rezolve propriile probleme, povestea este aceeași: susținem independența – sau ceea ce credem că este independența. Ne temem că a invita dependența înseamnă a invita regresia în loc de dezvoltare, că dacă dăm dependenței un centimetru, va dura o milă. Ceea ce încurajăm cu adevărat cu această atitudine nu este independența adevărată, ci

doar independența față de noi. Dependența este transferată grupului de egali.

În mii de moduri mici, tragem și împingem copiii noștri să crească, grăbindu-i în loc să-i invităm la odihnă. Le împingem mai degrabă de la noi decât să ni le aducem. Nu ne-am putea curti niciodată ca adulți rezistând dependenței. Vă puteți imagina efectul asupra cortegirii dacă am transmite mesajul „Nu vă așteptați să vă ajut cu orice cred că ați putea sau ar trebui să puteți face singur”? Este îndoielnic că relația ar fi cimentată vreodată. În curte, suntem plini de „Uite, lasă-mă să-ți dau o mână de ajutor”, „Te ajut cu asta”, „Ar fi plăcerea mea”, „Problemele tale sunt problemele mele”. Dacă putem face asta cu adulții, nu ar trebui să fim capabili să invităm dependența copiilor care au cu adevărat nevoie de cineva pe care să se sprijine?

Poate că ne simțim liberi să invităm dependența adulților pentru că nu suntem responsabili pentru creșterea și maturitatea lor. Nu purtăm povara de a-i face să fie independenți. Iată miezul problemei: ne asumăm prea multă responsabilitate pentru maturizarea copiilor noștri. Am uitat că nu suntem singuri – avem natura ca aliată. Independența este un fruct al maturizării; datoria noastră în creșterea copiilor este să ne îngrijim de nevoile lor de dependență. Când ne facem treaba de a satisface nevoile reale de dependență, natura este liberă să-și facă treaba de a promova maturitatea. În același mod, nu trebuie să ne facem copiii să crească mai înalți; trebuie doar să le dăm mâncare. Uitând că creșterea, dezvoltarea și maturizarea sunt procese naturale, ne pierdem perspectiva. Ne temem că copiii noștri vor rămâne blocați și nu vor crește niciodată. Poate ne gândim că, dacă nu împingem puțin, nu vor părăsi niciodată cuibul. Ființele umane nu sunt ca păsările în acest sens. Cu cât copiii sunt împinși mai mult, cu atât se agață mai strâns sau, în lipsă, se cuibăresc cu altcineva.

Viața vine în anotimpuri. Nu putem ajunge la primăvară rezistând iernii; iarna plantele sunt latente – vor înflori când va veni primăvara. Nu putem ajunge la independență rezistând dependenței. Doar atunci când nevoile de dependență sunt satisfăcute, începe

căutarea unei adevărate independențe. Opunând rezistență la dependență, zădărnicim mișcarea către independență și amânăm realizarea acesteia. Se pare că am pierdut legătura cu principiile de bază ale creșterii. Dacă am încerca să ne smulgem plantele pentru a le face să se maturizeze, le-am pune în pericol rădăcinile de atașament și rodnicia lor. Perturbarea rădăcinilor atașamentului copiilor îi face doar să se transplanteze în alte relații. Refuzul nostru de a-i invita să depindă de noi îi împinge unul în brațele celuilalt.

A împinge copiii să se ocupe de separare înainte de a fi gata, fie că este la culcare sau în afara casei, înseamnă inițial a evoca panică și o mai mare agățare, nu mai puțin. Copiii care nu reușesc să țină părintele aproape pot înlocui părintele cu un înlocuitor. Acest transfer al dependenței este adesea confundat cu adevărata independență. Încurajând o astfel de falsă independență – sau independență, copiii noștri nu sunt încă suficient de maturi pentru a le gestiona – sprijinim și susținem orientarea către colegi.

Profesorii ar trebui să invite și la dependență. De fapt, de obicei, acei profesori care își încurajează elevii să depindă de ei sunt cei mai probabil să fie eficienți în promovarea independenței în cele din urmă. Un profesor maestru, mai degrabă decât să-i împingă pe elevi spre independență, le oferă, în schimb, oferte generoase de asistență. Un profesor de master dorește ca elevii săi să gândească singuri, dar știe că studenții nu pot ajunge acolo dacă rezistă dependenței lor sau îi pedepsește pentru lipsă de maturitate. Elevii ei sunt liberi să se sprijine pe ea fără nici un sentiment de rușine pentru nevoia lor.

Nu există o scurtătură către adevărata independență. Singura modalitate de a deveni independent este prin a fi dependent. Odihnindu-ne în încrederea că a face copiii să fie viabile ca ființe separate nu depinde în întregime de noi - este sarcina naturii - vom fi liberi să ne continuăm partea noastră din treabă, care este să le invităm la dependența.

Acționează ca punct de busolă al copilului

O a patra modalitate de a angaja instinctele de atașament este orientarea copilului. Această parte a dansului începe când copilul este în brațele noastre. Deoarece copiii depind de noi pentru a se orienta, trebuie să ne asumăm rolul de punct de busolă și să le acționăm ca ghid. Noi adulții ne asumăm automat această funcție, fără să fim conștienți de asta. Subliniem asta și asta, dăm numele lucrurilor și familiarizăm copilul în creștere cu mediul său.

În cadrul școlii, în această parte a dansului, profesorul intuitiv se mișcă pentru a orienta copilul spre locul în care este, cine este cine, ce este și când se va întâmpla asta sau asta: „Acesta va fi locul în care agățați. haina ta", „Numele acestei persoane este Dana", „Mai târziu vom face niște spectacole și povestiri și chiar acum poți să te uiți la aceste cărți."

Variațiile pe această etapă de colectare sunt nenumărate și determinate de context și de nevoile copilului. Deși suntem destul de intuitivi cu cei tineri, mulți dintre noi pierdem acest instinct de orientare cu copiii mai mari. Nu ne mai asumăm rolul de a-i prezenta celor din jur, de a-i familiariza cu lumea lor, de a-i informa despre ceea ce se va întâmpla și de a interpreta ceea ce înseamnă lucrurile. Pe scurt, nu reușim să acționăm ca un ghid pentru cei care ar trebui să depind încă de noi.

Copiii sunt înclinați automat să țină aproape de punctul lor de lucru al busolei. Dacă am înțelege cu adevărat potența de a îndeplini această funcție în viața copiilor, am ști că este un rol mult prea important pentru a-l lăsa altora.

Intuitiv, toți experimentăm puterea orientării ca un primer pentru atașament. Imaginați-vă că vă aflați într-un oraș străin, pierdut și confuz, separat de bunurile tale, incapabil să vorbești sau să înțelegi limba și să te simți neputincios și fără speranță în ceea ce privește circumstanțele tale. Imaginează-ți pe cineva care se apropie de tine și îi oferă asistență în limba ta. După ce te-a ajutat să te orientezi cu privire la persoanele de contact și locurile în care să mergi, fiecare instinct din tine va fi pregătit să mențină apropierea cu ghidul tău. Odată ce s-a întors să plece, ai căuta, fără îndoială, să prelungești conversația, ținându-te de paie pentru a o ține aproape. Acest lucru

fiind valabil pentru adulți, cu atât mai mult pentru creaturile imature de atașament complet dependente de ceilalți pentru a se orienta.

O parte din problema pierderii contactului cu acest instinct de orientare este că nu ne mai simțim experți în lumea în care se află copiii noștri. Lucrurile s-au schimbat prea mult pentru ca noi să le putem fi ghiduri. Copiilor nu le ia mult timp să știe mai mult decât noi despre lumea computerelor și a internetului, despre jocurile și jucăriile lor. Orientarea către egali a creat o cultură a copiilor care este la fel de străină pentru mulți dintre noi precum ar fi cultura noastră pentru noii imigranți. La fel ca imigranții dezorientați într-o țară străină, ne pierdem conducerea cu copiii noștri. Limba pare a fi diferită, muzica este cu siguranță diferită, cultura școlii s-a schimbat, chiar și programa s-a schimbat. Fiecare dintre aceste schimbări contribuie la o erodare a încrederii până la punctul în care ne percepem pe noi înșine ca fiind cei care au nevoie de orientare! Ne simțim din ce în ce mai incapabili să ne orientăm copiii către lumea lor.

O altă parte a problemei este că orientarea la egal la egal le-a răpit copiilor noștri declanșatorul care, în circumstanțe mai naturale, ne-ar activa instinctul de a-i orienta - acea înfățișare de a fi pierdut sau confuz. Cei care poartă acest look, chiar și ca adulți, pot provoca răspunsuri de orientare chiar și din partea unor străini completi. (Coautorul meu Gabor, un medic, susține că a perfecționat această înfățișare de dezorientare neputincioasă la o artă plastică, în special în jurul stațiilor de îngrijire medicală din spitale.) Deși copiii orientați spre egali au mai puțină idee decât oricine despre cine sunt sau unde merg. , efectul orientării la egal la egal este de a elimina acel sentiment de a fi pierdut sau confuz. Copilul încorporat în cultura cool nu pare vulnerabil, având nevoie de asistență de orientare. Proximitatea cu semenii ei este tot ce contează. Acesta este unul dintre motivele pentru care copiii orientați spre colegi par adesea să fie mult mai încrezători și mai sofisticați, când, în realitate, ei sunt orbii care conduc pe orbi. Efectul net de a nu purta

confuzia lor pe fețe este că instinctele noastre de a le ghida rămân latente, iar capacitatea noastră de a le colecta este diminuată.

În ciuda faptului că lumea noastră s-a schimbat – sau, mai corect, din cauza acestui fapt – este mai important ca niciodată să ne adunăm încrederea și să ne asumăm poziția de punct de lucru în viața copiilor noștri. Lumea se poate schimba, dar dansul atașamentului rămâne același. Suntem destul de buni la îndrumarea copiilor mici și preșcolari, probabil pentru că presupunem că fără noi s-ar pierde. Îi informăm în mod constant despre ce se va întâmpla, unde vom fi, ce vor face, cine este această persoană, ce înseamnă ceva. După această fază se pare că ne pierdem încrederea și acest instinct de colectare crucial devine tocit.

Trebuie să ne amintim că copiii au nevoie de orientare și că noi suntem cea mai bună resursă pentru asta, indiferent dacă știu sau nu. Cu cât îi orientăm mai mult în termeni de timp și spațiu, oameni și întâmplări, semnificații și circumstanțe, cu atât sunt mai înclinați să ne țină aproape. Nu trebuie să așteptăm privirea lor confuză, ci să ne asumăm cu încredere poziția noastră în viața lor de ghid și interpret. Chiar și puțină orientare la începutul zilei poate ajuta în mare măsură să-i țină aproape: „Asta facem astăzi", „Aici voi fi, ceea ce este special la această zi este... ," „Ceea ce am în minte pentru această seară este…", „Aș dori să ne întâlnim cu așa și cutare", „Să-ți arăt cum funcționează", „Acesta este cine va avea grijă de tine", „ Acesta este pe cine să întrebi dacă ai nevoie de ajutor", „Încă doar trei zile până la..." Și, bineînțeles, orientându-i cu privire la identitatea și semnificația lor: „Ai un mod special de a…", „Ești genul de fată care... ", „Ai elementele unui gânditor original", „Ai un adevărat dar în…", „Ai ceea ce este necesar pentru a…", „Văd că vei ajunge departe cu…" Actorie deoarece punctul de busolă al unui copil angajează instinctele de atașament și este o responsabilitate grozavă.

Cu propriul nostru copil, orientarea reactivează instinctele copilului de a ne ține aproape. Atunci când colectezi copilul altuia, orientarea este un pas esențial pentru cultivarea unei conexiuni. Secretul este ca adultul, fie el profesor sau părinte vitreg, să profite

de orice goluri de orientare pe care copilul le experimentează oferindu-se ca ghid. Dacă poți aranja situații care fac copilul sau studentul să fie dependent de tine pentru a se orienta, cu atât mai bine pentru amorsarea unui atașament.

REVENIREA COPIILOR ORIENTATI PE PEER

Acești patru pași ai dansului atașamentului ne împuternicesc să angajăm instinctele de atașament ale unui copil și îi vor aduce pe cei mai mulți copii într-o relație de lucru cu adulții care îi îngrijesc. Dar vor exista copii prea izolați de orientarea către colegi pentru ca acel scenariu de atașament de bază să funcționeze. „Ce ar trebui să fac dacă copilul meu a fost deja „pierdut" în lumea semenilor?" vor întreba unii părinți. „Există vreo modalitate de a-l recâștiga?"

Mesajul meu de încheiere din capitolul 1 trebuie să se repete aici: întotdeauna există lucruri pe care le putem face. Deși nicio abordare nu este sigură în toate situațiile, putem fi încrezători în succes pe termen lung dacă înțelegem unde să ne îndreptăm eforturile. Se aplică aceiași pași și principii, chiar dacă rezistența inițială a copilului de a fi curtat poate fi destul de înrădăcinată și descurajatoare. În cele din urmă, o relație nu este ceva ce putem determina, ci doar să invităm și să ademenim. Putem face cât se poate de ușor pentru copiii „pierduți" să se întoarcă și cât mai dificil pentru competiție să se țină de ei. Deci, cum putem realiza acest lucru?

În multe privințe, orientarea către egali este ca un cult, iar provocările de a revendica copiii sunt aproape la fel ca și cum ne-am confrunta cu seducțiile unui cult. Adevărata provocare este să le recâștigăm inimile și mințile, nu doar să le avem trupurile sub acoperișul nostru și la masa noastră.

Când încercăm să ne adunăm copiii, trebuie să ne amintim că ei au nevoie de noi, chiar dacă s-ar putea să nu știe asta. Chiar și cel mai înstrăinat și ostil dintre adolescenți are nevoie de un părinte îngrijitor. În ciuda instinctelor greșite direcționate și a închiderii emoționale, această cunoaștere este încă încorporată în psihicul lor

și poate scăpa în intimitatea unui interviu cu un adult sau un consilier îngrijorat. „Ne-am asigurat întotdeauna că prietenii copiilor noștri se simt confortabil la noi acasă”, spune Marion, mama a doi adolescenți. „Părea că se simțeau mai confortabil aici decât în casele lor. Acești tipi mari „duri” stăteau în jurul mesei din bucătărie și purtau conversații cu soțul meu și cu mine pe care, mai târziu, le-ar mărturisi băieților noștri că nu le-ar fi avut niciodată cu proprii părinți.”

Trebuie să venim la sarcina de a ne aduna copiii cu un aer de încredere și să nu ne lăsăm descurajați sau distrași de la misiunea noastră. Cu cât copiii sunt mai sfidătoare și „imposibil să fii în preajmă”, cu atât mai mare este nevoia lor de a fi recuperați.

Să-i recâștigăm este important, nu numai pentru a ne permite să ne terminăm treaba de părinte, ci și pentru a le oferi șansa de a crește. Copiii care au părăsit prematur uterul atașamentului parental trebuie să fie ademeniți înapoi pentru a continua procesul de maturizare. „Indiferent de vârstă”, scrie preeminentul psihiatru de copii din SUA, Stanley Greenspan, „tinerii pot începe să lucreze la niveluri de dezvoltare pe care nu le-au putut stăpâni, dar o pot face numai în contextul unei relații strânse și personale cu un adult devotat. ” Atragerea copilului într-o legătură puternică de atașament și menținerea lui acolo este baza pentru orice altceva putem încerca să facem cu și pentru copil.

Cheia pentru revendicarea unui copil este de a inversa condițiile care provoacă orientarea către semeni. Trebuie să creăm un vid de atașament prin separarea copilului de semenii săi și apoi să ne plasăm în gol ca înlocuitori. Este important să ne amintim că copiii orientați spre egali au nevoi mari de atașament, altfel nu ar fi orientați spre egali. Lipsa de proximitate cu semenii este probabil la fel de intolerabilă precum au fost golurile de atașament față de părinți, în primul rând.

Frecvent, mai ales dacă orientarea către egali nu este prea avansată, o inversare blândă poate fi realizată prin impunerea unor restricții asupra interacțiunii între semeni, făcând în același timp o prioritate colectarea copilului ori de câte ori este posibil. Este

important să nu dezvălui agenda cuiva, deoarece acest lucru se poate întoarce cu ușurință. Cea mai grea parte pentru mulți părinți este schimbarea atenției de la comportament la relație. Odată ce relația s-a deteriorat, comportamentul poate deveni din ce în ce mai ofensator și alarmant. În astfel de împrejurări, ne este greu să încetăm să balustram, să mângâim, să criticăm. Pentru a schimba focalizarea, trebuie mai întâi să ne înțelegem cu inutilitatea de a aborda comportamentul și să ne redirecționăm către sarcina de a restabili relația. Cu excepția cazului în care schimbarea este autentică, nu va fi suficientă răbdare pentru sarcina în cauză. Cei mai mulți dintre noi știm intuitiv cum să facem curte, trebuie doar să știm că nu există altă cale de a ajunge unde vrem și că mai devreme este mai bine decât mai târziu.

Voi aborda tactici specifice, cum ar fi crearea de structuri și impunerea de restricții în capitolul 17, dar voi lua un moment aici pentru a discuta despre temelie. Împământarea continuă să fie o disciplină populară pentru tinerii adolescenți atunci când o anumită regulă a fost încălcată sau a avut loc o încălcare. Este o întrebare despre cum îl folosim - ca pedeapsă sau ca o oportunitate. Împământarea restricționează de obicei contactul cu colegii și, prin urmare, poate servi de fapt la crearea unui vid de atașament de care putem profita apoi. Dacă părinții îl pot vedea ca un moment pentru a intra în fața copilului lor într-un mod prietenos și pentru a oferi copilului ceva de care să se țină, rezultatul poate fi benefic. Împământarea de la sine nu va face truc. Contracararea interacțiunii între semeni poate crește doar intensitatea copilului în urmărirea acesteia. Împământarea ar trebui, de asemenea, evitată în cazul în care părintelui îi lipsește puterea naturală de atașament și încrederea interioară pentru a o reuși. La fel ca majoritatea abordărilor comportamentale, împământarea funcționează cel mai bine cu cei care au cel mai puțin nevoie de ea și este cel mai puțin eficientă cu cei care au cea mai mare nevoie. Dar, în orice circumstanțe, împământarea, dacă vrem să o folosim deloc, funcționează cel mai bine dacă părinții o profită ca pe o

oportunitate de a restabili relația cu copilul lor. Și asta înseamnă să eliminați orice ton și emoție punitive din interacțiune.

Uneori sunt necesare măsuri mai radicale, mai ales când încercările de a colecta copilul au fost zadarnice și eforturile de a pune chiar și cea mai mică pană între un copil și semenii săi au fost în zadar. Există o gamă largă de intervenții pe care le putem folosi, în funcție de resursele familiei și de gravitatea situației, de la excursii de weekend singuri cu copilul până la călătorii extinse în familie și tot ce se află între ele. Acesta este momentul în care o casă de vacanță poate fi la îndemână, pentru cei care își permit. Rudele din țară cu inima deschisă și instincte bune de colecționar sunt ceva ce banii nu pot cumpăra. A scoate un copil vara în contextul familiei, chiar dacă nu este al nostru, este adesea un antidot pentru implicarea crescândă a colegilor. Mai multe familii pe care le cunosc au decis să se mute pentru a crea golul de atașament cu semenii și, din fericire, rezultatele acestei soluții radicale au avut succes. Dar crearea unui astfel de gol este doar jumătate din soluție. Colectarea copilului este cea mai importantă jumătate.

Interacțiunea unu-la-unu este cea mai eficientă în încercarea de a colecta un copil. Când există mai mult de un adult, copilul poate scăpa în continuare de întâlniri personale. Și cu alți copii prezenți, golul de atașament nu este niciodată suficient de mare pentru a forța copilul în brațele noastre.

Este imposibil să dansezi cu un copil orientat spre egali – trebuie să facem rost de orice inițiativă și ingeniozitate pe care le putem aduna. Pentru fiicele mele adolescente Tamara și Tasha, punctele de cotitură în propria orientare către colegi au venit în excursii planificate cu scopul de a le recâștiga. Pentru Tasha, momeala a fost să ia timp liber de la școală și să meargă într-un loc pe care știam că-i iubea. Chiar și așa, a devenit supărată că avea să lipsească de la școală – nu din motive academice, ci pentru că școala era acolo unde erau prietenii ei. Din fericire, până atunci eram deja pe feribot, depășind punctul de fără întoarcere. Când am ajuns la căsuța de la malul mării pe care o închiriasem, ea a anunțat că va fi plictisitor pentru că nu era nimeni prin preajmă. Acesta este lucrul cu

orientarea către egali; îi retrogradează pe părinți la poziția de „nimeni”. „Toți” este numele celor atașați și „nimeni” este toți ceilalți.

A trebuit să-mi amintesc să nu mă las înstrăinat și să nu lupt împotriva simptomelor. Lucrurile au început destul de încet, dar după ce mi-am rezervat câteva zile libere, eram dispus să aștept până când golul de atașament a devenit suficient de intolerabil încât să o determine pe Tasha să caute apropiere cu mine. Sarcina mea era să intru în spațiul ei într-un mod prietenos, fără a exagera. Expresia ei îmbufnată era departe de ochii care obișnuiau să se aprindă și de zâmbetul pe care obișnuia să fulgeră ca răspuns la prezența mea. Cu această ocazie, ea m-a descoperit mai întâi ca însoțitor de plimbări și canotaj. Apoi au venit câteva zâmbete; o oarecare căldură îi intră în voce. În sfârșit a venit vorbirea și deschiderea către a fi îmbrățișat. Odată cu reconectarea a venit și, destul de interesant, dorința de a găti și de a mânca împreună. Când a venit timpul să plecăm, niciunul dintre noi nu era prea dornic să se întoarcă. În drum spre casă, eu și Tasha am venit cu niște structuri pentru a ne păstra relația: o plimbare o dată pe săptămână împreună sau un pahar de ciocolată caldă într-o cafenea. Mi-am promis să nu „călăresc” cu ea în momentele noastre speciale. Aceste evenimente special aranjate au fost menite să păstreze contextul atașamentului – mi-aș putea îndeplini celelalte sarcini parentale de coaching și conducere în restul timpului.

Tasha m-a întrebat de ce am părăsit-o în primul rând. Am început prin a argumenta că ea avea totul înapoi când, brusc, mi-am dat seama că are dreptate. Este responsabilitatea părinților să țină copilul aproape. Cu siguranță, fiica mea nu a fost de vină pentru starea în care se află cultura noastră. În căutarea proximității cu semenii ei, ea își urmărea doar instinctele distorsionate. Deși nu era vina mea că cultura noastră ne eșua, era totuși responsabilitatea mea părintească să o țin pe Tasha până când nu mai avea nevoie de mine. I-am lăsat-o să plece, fără să știe și fără să vrea, înainte de a termina educația mea parentală. Mă înfioră să-mi amintesc că, la vremea aceea, îmi făcea griji să-mi iau o săptămână liberă de la

serviciu. Privind retrospectiv, știu că a fost una dintre cele mai bune decizii pe care le-am luat vreodată.

Cu Tamara, au fost câteva zile de drumeții și camping singure în sălbăticie care ne-au restabilit relația. Momeala era că îi plăceau drumețiile și pescuitul și în aer liber. Orientarea ei către colegi a fost jucată la început, când mi-a refuzat ajutorul, a mers înaintea mea sau în spatele meu și a menținut interacțiunea noastră la minimum. Fața ei mohorâtă mi-a amintit că nu eram compania pe care și-o dorea. Am ales sălbăticia cu care eram familiarizat, astfel încât să pot fi punctul de busolă în toate sensurile. A durat câteva zile. Deși, încă o dată, a trebuit să-mi reamintesc să am răbdare și să rămân prietenoasă, în ultima zi fiica mea mergea alături de mine și îmi întâmpina ajutorul. La fel ca pe vremuri, era plină de arătați și povestiți și putea să-mi taie urechea. Ceea ce m-a luat prin surprindere a fost cât de repede și cât de profund mi-a putut atinge inima zâmbetul ei cald. În urma orientării ei la egal la egal, uitasem complet bucuria pe care mi-o dăduse cândva relația noastră.

15 PĂSTRAȚI LEGĂTURILE CARE IMPUTERNICE

RELAȚIA DINTRE copil și părinte este sacră. În fața provocării culturii de la egal la egal, trebuie să menținem puternice atașamentele copiilor noștri față de noi și să facem ca aceste atașamente să dureze atâta timp cât copiii noștri trebuie să fie părinți. Dar cum să ajungi la asta?

FĂ DIN RELAȚIA PRIORITATEA

Indiferent de problema sau problema cu care ne confruntăm în educația parentală, relația noastră cu copiii noștri ar trebui să fie cea mai mare prioritate. Copiii nu experimentează intențiile noastre, oricât de sincere ar fi. Ei experimentează ceea ce manifestăm în ton și comportament. Nu putem presupune că copiii vor ști care sunt prioritățile noastre: trebuie să ne trăim prioritățile. Mulți copii pentru care părinții simt dragoste necondiționată primesc mesajul că această iubire este într-adevăr foarte condiționată. „Adevărata provocare este să păstrezi răbdarea, să ai o viziune pe termen lung”, spune Joyce, mamă a trei copii mici. „Când ești într-un blocaj, este greu să-ți amintești că ești într-o relație cu o persoană, nu doar încerci să scoți pe cineva pe ușă în zece minute. Problema este că avem propriile noastre agende și uneori vedem copilul ca pe un impediment.”

Acceptarea necondiționată este cel mai dificil de transmis exact când este cea mai necesară: atunci când copiii noștri ne-au dezamăgit, ne-au încălcat valorile sau s-au făcut odioși față de noi. Tocmai în astfel de momente trebuie să indicăm, prin cuvânt sau prin gest, că copilul este mai important decât ceea ce face, că relația contează mai mult decât conduita sau realizarea. Facem relația

sigură înainte de a aborda comportamentul. Atunci când lucrurile sunt cele mai dure, ar trebui să ne ținem cel mai ferm de copiii noștri. Apoi, ei, la rândul lor, se pot ține de noi. Încercarea de a fi părinți, de a „preda lecții" atunci când suntem supărați sau plini de furie riscă să-l facă pe copil îngrijorat de relație. Cu greu ne putem aștepta ca un copil să se țină de o conexiune pe care, în ochii lui, nu o prețuim. În astfel de momente, cel mai bun lucru de făcut este să ne adunăm, să ne reținem cuvintele critice și să renunțăm la a mai impune orice „consecințe".

Pentru unii părinți, un astfel de mod de a relaționa pare nefiresc. Le este teamă că copiii lor îi vor percepe ca fiind îngăduitori de abateri. Ei cred că eșecul de a vorbi imediat și consecvent despre comportamentul inadecvat îl va încurca pe copil și îi va compromite propriile valori. Deși de înțeles, această frică este deplasată. Confuzia este rareori problema: un copil va ști, de obicei, la ce se așteaptă și nu poate sau nu dorește să nască. Incapacitatea de a livra este de obicei o problemă de maturitate; nedorința de a livra este de obicei o problemă de atașament. Un copil este mult mai probabil să fie confuz nu cu privire la ceea ce este apreciat, ci cu privire la propria valoare și importanță pentru părinte. Este exact ceea ce necesită clarificare și afirmare. Când îi spunem unui copil „Este inacceptabil", cu excepția cazului în care atașamentul este sigur și conexiunea este solidă, copilul va auzi probabil „Ea nu mă place" sau „Nu sunt acceptabil pentru că..." sau „Eu sunt acceptabil doar când..." Când un copil aude un astfel de mesaj, indiferent dacă l-am spus sau nu, relația este deteriorată. Însăși baza pe care un copil vrea să fie bun pentru noi este subminată.

Nu ne compromitem valorile atunci când spunem că copilul este mai important decât conduita lui; mai degrabă, le afirmăm la nivelul lor cel mai profund. Săpăm până la roca de bază și declarăm ceea ce este adevărat. Atunci când sunt provocați să-și clarifice valorile, părinții, cu foarte puține excepții, ies de partea copilului și a atașamentului. Problema este că de obicei luăm relația de bună. Suntem conștienți de alte valori – valorile morale, de exemplu – dar nu de cea mai fundamentală pentru noi toți, atașamentul. Când

interacționăm cu copiii noștri, aceste alte valori le comunicăm. Numai când atașamentul devine conștient descoperim angajamentul nostru cel mai profund – copilul însuși.

PĂRINȚIA CU ATASAMENTUL ÎN minte

Dacă ne-am lua indiciile din secvența naturală a dezvoltării, prioritățile noastre ar fi clare. Primul ar fi atașamentul, al doilea ar fi maturizarea și al treilea ar fi socializarea. Când întâmpinăm unele turbulențe cu copilul nostru, mai întâi ne-am aborda relația, care este unul și același lucru cu păstrarea contextului pentru maturizare. Abia după aceea ne vom concentra pe potrivirea societății, adică pe comportamentul copilului. Nu înainte de a ne convinge că primele două priorități au fost îndeplinite, am trece la a treia. Acceptarea acestei discipline în interacțiunile noastre cu copiii noștri ne-ar menține în armonie cu designul de dezvoltare și ne-ar ajuta să trăim în armonie cu angajamentele noastre cele mai fundamentale. Acesta este lucrul parental: a face tot posibilul pentru copiii noștri lucrează pentru a scoate tot ce e mai bun din noi.

A fi părinte având în vedere atașamentul înseamnă a nu permite nimic să separe copilul de noi, cel puțin nu psihologic. Această provocare este mult mai mare cu un copil orientat spre egali, deoarece ceva deja a intervenit între părinte și copil: colegii. Nu numai că copiii orientați spre egali sunt mai puțin înclinați să se atașeze de noi, dar sunt conduși la comportamente care pot fi vătămătoare și alienante. (Pentru energia negativă a atașamentului care alimentează astfel de comportamente, vezi capitolul 2.) Sentimentele noastre ca părinți pot fi rănite chiar și atunci când copilul nu răspunde la propunerile noastre. Un copil mai mare prins în orientarea către semeni poate nu numai să nu răspundă, ci de-a dreptul rău și urât. Este dureros să fii respins, ignorat și lipsit de respect. Este greu să nu reacționezi la mișcarea ochilor peste cap, la nerăbdarea vocii, la comportamentul nepăsător și la tonul nepoliticos. Aroganța și neloialitatea percepută a copilului orientat spre egali încalcă orice sensibilitate de atașament a părintelui. Apasă

toate butoanele greșite. Un astfel de comportament jignitor, jignitor ne împinge toate butoanele fierbinți – cum să nu?

În capitolul 2, am numit orientarea către colegi o chestiune de atașament. Când copiii noștri ne abandonează pentru semenii lor, ne simțim la fel de violați, supărați și umiliți ca și în orice altă relație la care ne-am ținut profund. Este firesc, atunci când este rănit, să te retragi în defensivă, retrăgându-te emoțional pentru a evita să te rănești și mai mult. Acesta este momentul în care partea defensivă a creierului nostru ne dă impulsul să ieșim înapoi din teritoriul vulnerabil într-un loc în care insultele nu mai ustură și lipsa conexiunii nu întoarce stomacul. Părinții sunt doar oameni.

Retragerea energiei noastre de atașament ne poate apăra de o vulnerabilitate ulterioară, dar copilul o trăiește ca o respingere. Trebuie să ne amintim că copilul nu își propune în mod conștient să ne rănească, ci doar urmărește instinctele sale distorsionate. Dacă, ca răspuns, ne dezactivăm emoțional, creăm un gol și mai mare de atașament care îl împinge pe copil din ce în ce mai puternic în brațele semenilor săi. Pentru copil, retragerea părinților precipită aproape întotdeauna o spirală descendentă în atașamentele și disfuncțiile de la semeni. Deși părintelui i se poate părea că nu există nicio legătură cu salvarea, relația cu mama, tata și familia încă contează profund chiar și pentru copilul cel mai orientat spre egali. Dacă noi, părinții, ne permitem să devenim alienați, vom arde singurul pod prin care copilul se poate întoarce. Este nevoie de un sfânt pentru a nu fi înstrăinat, dar cu copiii noștri orientați spre semeni, sfințenia poate fi ceea ce suntem chemați. Dacă pare nenatural, este pentru că este nenatural. Parintenia nu a fost niciodată menită să fie așa, nu a fost concepută de natură cu posibilitatea ca inimile copiilor noștri să se întoarcă împotriva noastră. Totuși, dacă ne lăsăm alungați, copilul nu mai rămâne nimic de care să se țină. A ne menține în joc, a nu ne permite să fim alienați este unul dintre cele mai importante lucruri de făcut, de dragul copiilor noștri și al nostru.

Cu adevărat, nu există nimic mai rănitor decât să te simți respins continuu. Ne cere să ne folosim cu răbdare și credincioșie din

izvorul nostru infinit de adânc de iubire neîmpărtășită și să sperăm într-o zi mai bună. Chiar dacă situația ne lasă frustrați și fără speranță, nu trebuie să abandonăm terenul. Atâta timp cât rămânem deschiși, există șanse mari ca fiul sau fiica neclintită să se întoarcă.

Nu de puține ori, într-un act de disperare, părinții vor oferi un ultimatum copilului lor. De obicei, este o versiune a, dacă nu vă formați, va trebui să expediați. Fie că este folosit în mod oficial ca o tehnică precum „dragostea dură" sau pur și simplu un răspuns la nivelul instinctului pentru a aduce copilul la rând, rareori funcționează cu un copil orientat spre egali. Un astfel de ultimatum presupune suficient atașament pentru a tranzacționa. Dacă atașamentul nu este suficient de puternic, copilul nu va fi impuls de a rămâne aproape de părinte. Ultimatumurile îl fac pe copil să simtă foarte mult că părinții ei o iubesc și o acceptă doar condiționat. Ele determină un copil orientat spre egali să se detașeze și mai mult de părinte și nu duc decât la o înrădăcinare mai profundă a ei în lumea semenilor.

Uneori, ultimatumul nu este deloc un ultimatum, ci un mod de a renunța la responsabilitate sau de a renunța. Părintele a avut-o. Îi lipsește speranța că lucrurile se vor îmbunătăți sau energia necesară pentru a le face așa. Dacă acesta este cazul, este mai bine să găsești o modalitate de despărțire care să nu agraveze problema sau să îngreuneze repararea relației în viitor. Respingerea de această amploare este greu de recuperat pentru orice copil. Dacă ținerea nu mai este o opțiune pentru părinți, le sugerez adesea să ia în considerare trimiterea copilului la o școală rezidențială privată sau să se sprijine pe rude sau, eventual, să găsească o familie căreia îi sunt aproape care să le dea o mână de ajutor. Cu cât respingerea este mai puțin evidentă, cu atât este mai posibilă o eventuală restaurare. Dacă conexiunea psihologică nu a fost întreruptă și separarea fizică le oferă părinților o oarecare ușurare, ei ar putea, poate, să găsească din nou puterea și inițiativa de a încerca să-și revendice copilul.

În unele moduri, mai puțin drastice, dar la fel de important de recunoscut, toți părinții se pot trezi din când în când să iasă din

relație, chiar dacă fără să vrea. A face din relație o prioritate implică repararea, mai ales atunci când conexiunea emoțională a fost încordată sau întreruptă. Este un părinte rar care nu-l pierde uneori. Equanimitatea perfectă ne depășește. Indiferent cât de multă înțelegere avem sau cât de drepte ar fi prioritățile noastre, suntem obligați să fim declanșați în reacții necontrolate din punct de vedere emoțional de către copiii noștri – toți, cu excepția sfinților dintre noi, adică. Pauzele temporare in relatie sunt inevitabile si nu sunt in sine daunatoare, decat daca sunt frecvente si severe. Prejudiciul real este provocat atunci când neglijăm să ne colectăm din nou copilul, transmițând astfel că relația nu este importantă pentru noi sau, alternativ, dacă lăsăm impresia că este responsabilitatea copilului să restabilim legătura.

O modalitate prin care putem spune cât de drag este ceva pentru cineva este prin obstacolele pe care sunt dispuși să le depășească în urmărirea lui. Așa știu copiii noștri cât de dragă ne este relația. Când facem efortul de a ne găsi calea înapoi spre partea copiilor noștri, transcenzând propriile noastre sentimente și ținându-le pe ale lor, transmitem un mesaj puternic că relația este prioritatea noastră cea mai mare. Când reacțiile sunt intense și sentimentele sunt stricate, este timpul să ne revendicăm prioritățile cele mai profunde și să ne afirmăm angajamentul față de ele. „Sunt încă mama ta și voi fi mereu. Știu că este greu să-mi amintesc că te iubesc atunci când sunt supărat și uneori poate chiar să uit chiar și eu pentru o clipă sau două, dar îmi revin mereu în fire. Mă bucur că legătura noastră este puternică. Trebuie să fie într-un moment ca acesta.” Cuvintele reale nu sunt atât de importante. Tonul vocii tale și moliciunea din ochii tăi și blândețea atingerii tale sunt cele care spun povestea.

AJUTĂ-ȚI COPILUL SĂ ȚINE APROAPE

Am spus în capitolul 2 că există șase moduri de atașare, „fiecare dintre ele oferind un indiciu despre comportamentul copiilor noștri – și, adesea, despre propriul nostru comportament”. Ceea ce face un copil să se simtă deconectat de noi depinde de dinamica

atașamentului care se întâmplă să predomine în viața lui emoțională.

Copiii care se atașează în primul rând prin simțuri rămân cu un sentiment de separare atunci când există o lipsă de contact fizic. Copiii care se atașează prin loialitate se vor simți înstrăinați dacă li se pare că părintele este mai degrabă împotriva lor decât pentru ei. Coautorul meu, Gabor, își amintește că fiul său extrem de inteligent și sensibil, pe atunci în vârstă de nouă ani, s-a simțit atât de stăruit de mama și tatăl său, încât și-a imaginat că au urmat cursuri noaptea despre cum să le facă viața dificilă copiilor! Puțini copii și-ar exprima sentimentele atât de dramatic, dar mulți copii simt că părinții lor nu sunt de partea lor.

Unii copii trebuie să simtă că contează pentru părinți pentru a se simți apropiați de ei. Dacă un astfel de copil se percepe pe sine ca neimportant pentru părinte, se va simți întrerupt – ca, de exemplu, dacă copilul are impresia că părintele consideră munca sau alte activități ca fiind priorități mai mari decât ea, copilul, în viata parintelui. Când este conectat la inimă, lipsa de căldură și afecțiune îl va face pe copil să se simtă lăsat afară în frig. Dacă a fi cunoscut și înțeles este ceea ce creează un sentiment de intimitate, un sentiment de a fi înțeles greșit va crea o pană, la fel ca și percepția, chiar dacă este inconștientă, că părinții adăpostesc un secret esențial. De aceea, părinții nu ar trebui să-și mintă niciodată copiii. Minciunile, oricât de inocent intenționate, nu pot proteja un copil de durere. Există ceva în noi care știe când suntem mințiți, chiar dacă acea conștientizare nu ajunge niciodată la conștiință. A fi exclus dintr-un secret generează un sentiment de a fi tăiat și dă naștere la anxietatea excluderii.

Pentru a rezuma, indiferent de forma principală de atașare a copiilor noștri, scopul nostru principal este să-i ajutăm să rămână suficient de conectați cu noi, astfel încât să nu fie nevoie ca ei să ne înlocuiască.

RĂMÂND CONECTAT CÂND DEPARTARE FIZIC

Cea mai mare provocare este cu acei copii care sunt încă dependenți în primul rând de simțuri pentru a se simți apropiați. Copiii foarte mici sunt, desigur, așa, în mod firesc, dar mulți copii mai mari, dacă sunt orientați spre colegi, nu sunt, de asemenea, în stare să-și păstreze sentimentele de apropiere de părinți în prim plan atunci când este fizic departe de ei. Putem recunoaște astfel de copii după indiferența și detașarea lor față de noi după perioade de separare fizică, chiar dacă relativ scurte, cum ar fi o zi de școală primară. Am putea face bine să împrumutăm din trucurile pe care îndrăgostiții le folosesc pentru a depăși prăpastia separării fizice. De fapt, gândirea în acest fel ar trebui să genereze o multitudine de idei. Cu îndrăgostiții, dorința de a păstra proximitatea este reciprocă, așa că ambii se vor aplica de obicei la sarcină. În cazul copiilor, părinții trebuie să se gândească la ceea ce are nevoie copilul. Provocarea este aceeași, indiferent de cauza separării: părinții trebuie să lucreze, copilul merge la școală, părinții nu locuiesc împreună, o spitalizare, plecarea în tabără sau dormitul separat.

Unele tehnici utile pentru părinți pentru a-și ajuta copiii să depășească separarea inevitabilă includ oferirea copilului de poze cu ei înșiși, bijuterii speciale sau medalioane pe care să le poarte, note de citit sau de citit, ceva propriu de care copilul să-l țină atunci când este separat, apeluri telefonice la ore stabilite, înregistrări ale vocii lor cu cântece sau mesaje speciale, ceva cu mirosul lor pe el, cadouri care urmează să fie deschise la momente speciale. Lista este potențial nelimitată. Toată lumea știe cum să facă asta; este o chestiune de a recunoaște că separarea fizică este importantă și de a-și asuma responsabilitatea. Este deosebit de important să facem acest lucru cu acei copii care nu ne oferă indicii că acesta este ceea ce au nevoie. Desigur, aici vorbim despre preadolescenți: astfel de trucuri nu vor merge prea bine cu adolescentul tău!

Un alt mod de a rămâne conectat este să-i oferi copilului tău un sentiment despre locul în care te afli atunci când nu ești cu ea. Familiarizarea ei cu locul de muncă poate fi de ajutor. Când sunteți plecat într-o călătorie, configurați ceva astfel încât ea să vă poată urmări călătoriile pe o hartă. Ca și în cazul îndrăgostiților, absența

fizică este mult mai ușor de suportat atunci când unul este capabil să-l localizeze pe celălalt în timp și loc. A nu oferi un sentiment de continuitate înseamnă a-ți asuma riscul de a fi înlocuit.

Este posibil să avem nevoie de ajutorul altora pentru a ne menține prezenți în mintea copilului atunci când suntem absenți. Putem cere prietenilor, rudelor sau altor adulți îngrijitori să vorbească cu copilul nostru despre noi într-un mod prietenos, să-l ajutăm să-și imagineze ce facem în anumite momente, să-i arătăm poze care să-i trezească amintiri plăcute. Chiar dacă inițial poate fi supărător pentru copil, un astfel de contact secundar cu noi servește scopului păstrării conexiunii. Cu copiii care riscă să ne înlocuiască cu semeni, alți adulți pot juca un rol semnificativ în menținerea intactă a relației copil-părinte. Acest lucru este valabil mai ales pentru copiii ai căror părinți nu locuiesc împreună. Dacă vrem să acționăm în interesul superior al copilului, trebuie să facem tot ce ne stă în putere pentru a ne ajuta copiii să-l țină pe celălalt părinte aproape atunci când suntem despărțiți. Având în vedere riscul crescut de orientare la egal la egal în urma divorțului, acesta ar trebui să fie unul dintre obiectivele noastre principale și responsabilitățile principale. Din păcate, conștiința atașamentului nu este adesea suficient de puternică pentru a depăși conflictele personale care există între părinți.

INTIMITATE: CEA MAI PROFUNDĂ CONEXIUNE

Scopul final în a ne ajuta copiii să ne țină aproape este de a cultiva o intimitate profundă cu care colegii copiilor noștri nu pot concura. Indiferent cât de apropiați ar fi prietenii, este rar ca copiii să-și împartă inimile unii cu alții. Sentimentele cele mai interioare sunt de obicei păzite; teritoriul este de obicei prea vulnerabil pentru a-și asuma riscul de a fi rușinat sau neînțeles. O mamă își amintește ce s-a întâmplat când calul fiicei sale adolescente a murit într-un accident de călărie. „Am fost șocată să aflu”, spune ea, „că cei mai buni prieteni ai Jennei nu știau absolut nimic despre durerea ei. Când am întrebat de ce nu le-a spus, ea mi-a răspuns practic că acestea nu sunt genul de lucruri pe care copiii le împărtășesc

prietenilor lor!” Concept ciudat de prietenie, dar destul de tipic în lumea atașamentelor de la egal la egal.

Secretele pe care copiii le împărtășesc unii altora sunt adesea secrete despre ceilalți sau informații despre ei înșiși care nu dezvăluie prea multe. Lucrurile vulnerabile sunt rareori spuse. Acest lucru este norocos pentru părinți, deoarece sentimentul de apropiere care poate veni din sentimentul de profund cunoscut și înțeles este probabil cea mai profundă intimitate dintre toate, creând o legătură care poate transcende cele mai dificile separări fizice. Puterea unei astfel de conexiuni intime părinte-copil nu poate fi exagerată.

Primul pas în crearea acestui tip de apropiere este atragerea copilului. Deși mulți copii au nevoie de o invitație, a-i întreba ce cred și ce simt ei rareori funcționează. Uneori trucul constă în a găsi tipul potrivit de structură: ieșiri regulate împreună, sarcini comune, plimbarea câinelui. Cu mama, atunci când spălam vasele sau culegeam afine împreună, împărtășesc gândurile și sentimentele care aproape că nu ieșeau altfel. Apropierea pe care am simțit-o în acele momente a fost într-adevăr foarte specială și a mers un drum lung pentru a crea o conexiune de durată.

Fiica adolescentă a coautorului meu are obiceiul să vină în biroul lui târziu noaptea, exact când speră să aibă puțină intimitate. În astfel de momente, totuși, ea se angajează în împărtășirea personală, care nu este cu greu deschisă pentru restul zilei. El a învățat să primească și să aprecieze aceste „intruziuni”, se îndepărtează de lectură sau de e-mail pentru a-și concentra atenția asupra copilului său. Trebuie să profităm de orice ocazie.

Sentimentele unor copii sunt închise, din motivele defensive pe care le-am explicat în capitolul 8. A-i face să divulge ceva la distanță vulnerabil este descurajantă. Trebuie să le facem cât mai ușor posibil să împărtășească și să ne amintim că obiectivul nostru principal nu este să le corectăm sau să-i învățăm, ci să ne conectăm cu ei. A crea momente speciale unu-la-unu și ai grijă să nu fii prea direct sunt începuturi bune. Este în mare parte o chestiune de încercare și eroare, dar inițiativa și ingeniozitatea vor da roade de obicei. Cu cât este mai dificil să se formeze o astfel de conexiune, cu

atât mai important este pentru noi să o urmăm. Cu cât copiii noștri se simt mai cunoscuți și înțeleși de noi, cu atât riscăm mai puțin să fim înlocuiți. Acest tip de conexiune este cel mai bun pariu al nostru pentru imunizarea copiilor noștri împotriva orientării către egali.

Cultivarea unui sentiment de intimitate psihologică se face cel mai bine ca măsură preventivă. Odată ce un copil este intens orientat spre colegi, probabil că am pierdut oportunitatea de a dezvolta o astfel de conexiune. În astfel de cazuri, trebuie mai întâi să colectăm copilul în modurile pe care le-am discutat în capitolul 14. Pentru copiii orientați spre colegi este de la sine înțeles că a vorbi cu părinții despre orice contează nu este în ordine. Un tânăr apelant la un program radio pe care îl făceam pe acest subiect a exprimat cu o claritate devastatoare cu ce se confruntă părinții copiilor orientați spre egali. Pe un ton plin de încrederea celor care știau, această fată de cincisprezece ani a sunat să mă înțeleagă. „Ești atât de ciudat. Când ești adolescent, prietenii tăi sunt familia ta. De ce ar vrea vreo adolescentă să vorbească cu părinții ei? Nu este corect. Nici măcar nu este normal.” Având în vedere orientarea ei către colegi, nu ar fi putut să vadă altfel. Boala este insidioasă – nu are sens la acești copii că ceva nu este în regulă. Este profund inutil să-i subliniezi unui copil orientat spre egali că instinctele ei o duc în rătăcire sau că intensitatea relațiilor ei cu semeni nu îi servește interesul superior. Nu există nimic rațional în această aberație și toată rațiunea din lume nu poate dezactiva instinctele care sunt distorsionate. Nu există altă cale decât să ne recâștigăm copiii, unul câte unul.

Cultivarea conexiunilor care sunt multifațete și profund înrădăcinate este cea mai bună prevenire pentru orientarea către colegi. (Voi spune multe mai multe în capitolul 17 despre cum să prevenim orientarea la egal la egal.) Un copil care se simte cunoscut și înțeles nu este probabil să fie mulțumit de tariful mai slab pe care îl oferă orientarea la egal la egal. În acest fel, îi oferim și copilului nostru un model pentru viitoarele atașamente la fel de împlinitoare precum cel experimentat cu părinții săi. Fără un astfel de șablon,

relațiile sale viitoare pot fi sărăcite, bazate în primul rând pe unidimensionalitatea interacțiunilor între semeni.

CREAȚI STRUCTURI ȘI IMPUNEȚI RESTRICȚII

Deși este necesar să se impună ordine în comportamentul unui copil, este mult mai important să impună ordine asupra atașamentelor copilului. Avem două locuri de muncă aici: stabilirea de structuri care cultivă conexiunea și restricții care slăbesc concurența. Și credeți-mă, dacă am vedea situația clar, ne-am da seama că în cultura noastră este un knock-out-drag-out, fără restricții, fără sferturi, câștigător-ia-totul și învins-obține- nuthin', diavolul-i-a-luptă cea mai din urmă pentru inimile și mințile copiilor noștri!

Desigur, există limite în ceea ce putem face: nu putem face copiii noștri să vrea să fie cu noi, să se orienteze lângă noi sau să ne iubească. Nu îi putem face să vrea să fie buni pentru noi și nu putem decide cine sunt prietenii lor. Cu copiii legați de adulți, nu trebuie să facem niciunul dintre aceste lucruri – atașamentul lor față de noi va face treaba în numele nostru. În egală măsură, există limitări în ceea ce ar trebui să facem: nu ar trebui să ne forțăm asupra lor și nu ar trebui să folosim forța pentru a le ține aproape. A ține copiii noștri nu înseamnă a le modela comportamentul, ci a le angaja instinctele de atașament și a păstra ierarhia naturală. Nu este suficient – sau chiar posibil – să ții copiii aproape atunci când instinctele le îndepărtează. Trebuie să lucrăm pentru a păstra și a restabili relația, astfel încât să fii cu noi și să depinzi de noi să se simtă corect și firesc pentru ei. În acest scop, trebuie să punem structuri și restricții. Nu ar trebui să încredințăm atașamentele copiilor noștri față de soartă mai mult decât ar trebui să lăsăm în seama sorții sănătatea noastră sau finanțele noastre.

Structurile și restricțiile protejează sacrul. O parte din rolul culturii este de a proteja valorile pe care le prețuim, dar pe care, în viața noastră de zi cu zi, nu le trăim la fel de urgent. Recunoaștem, de exemplu, că exercițiul și singurătatea sunt importante pentru bunăstarea noastră fizică și emoțională, dar rareori sentimentul nostru de urgență este suficient de puternic pentru a ne determina

să onorăm aceste nevoi în mod constant. Culturile în care exercițiul și solitudinea meditativă sunt practici încorporate își protejează membrii de această lipsă de motivație. Pe măsură ce cultura noastră se erodează, structurile și ritualurile care protejează viața de familie și caracterul sacral al relației părinte-copil – de importanță vitală, dar nu urgentă în conștiința noastră – sunt, de asemenea, erodate treptat.

Dacă cultura provensală ar ceda presiunilor economice și culturii din ziua de azi, ritualurile care protejează atașamentele unui copil ar dispărea probabil: masa de familie, strângerea felicitărilor la poarta școlii, sărbătoarea satului și familia de duminică. mers pe jos. De aceea, părinții de astăzi trebuie să ia lucrurile în propriile mâini pentru a crea o minicultură proprie. Avem nevoie de niște rituri de atașament pentru a proteja sacrul, ceva care ne servește pe termen lung, astfel încât să nu trebuie să fim conștienți de asta pe termen scurt. Nu ne permitem să lăsăm lucrurile să scape atât de departe încât, la fel ca Humpty Dumpty, să nu poată fi puse la loc.

Este înțelept să folosim puterea de atașament pe care o deținem astăzi pentru a pune în aplicare structuri care ne vor permite să păstrăm puterea de care vom avea nevoie pentru mâine. Trebuie să construim structuri care să restricționeze lucrurile care ne-ar lua copiii de lângă noi și, în același timp, să ne permită să ne adunăm copiii. Regulile și restricțiile ar trebui să se aplice la televizor, computer, telefon, internet, jocuri electronice și activități extracurriculare. Cele mai evidente restricții care trebuie puse în aplicare sunt cele care guvernează interacțiunea între semeni, în special interacțiunea în stil liber care nu este orchestrată de adulții responsabili. Cu excepția cazului în care părinții pun anumite restricții, cererea de date de joacă, întâlniri, petreceri de pijama și timpul de mesagerie instantanee scapă în curând de sub control. Nu durează mult pentru ca urmărirea contactului cu semenii să prevaleze asupra dorinței de apropiere cu părinții. Fără reguli și restricții care să ne ofere avantaj, devine din ce în ce mai dificil să concurezi. Rețineți că aici vorbim de prevenire. Structurile și stricturile nu pot fi impuse cu forța copilului orientat spre egali fără

a provoca daune suplimentare. Aceste situații necesită abordări diferite.

Părinții înțelepți nu vor impune mai multe restricții decât va suporta puterea de atașament pe care o dețin. „Când Lance avea unsprezece ani, a trecut de la a fi nepopular la a deveni dintr-odată parte a grupului”, își amintește mama unui adolescent. „Eu și tatăl lui am fost foarte incomod cu cei doi noi cei mai buni prieteni ai săi. Nu păreau atașați de părinți, să fie întemeiați în familie. Ne-am simțit inconfortabil când acești copii au trecut. A fost un sentiment puternic. Amândoi acești copii ne pun nervii pe cap.

„Deodată, Lance a început să asculte CD-urile lor; au fost dezgustători — iar eu sunt un fan rock. Multe cuvinte-f, pline de violență. CD-uri la care nu m-aș gândi acum, dar apoi, când fiul meu avea unsprezece ani... Oricum, acest copil Josh, era ca un Flautar. Parcă mi-ar fi alungat fiul. Lance s-a schimbat. A devenit secret cu noi, cerând mereu să fie conectat cu acești copii.

„Am decis că trebuie să rupem acea relație. Am eșuat lamentabil. L-am așezat pe Lance să vorbim cu el. „Eu și tatăl tău nu mai vrem să-l vezi pe Josh”, i-am spus. A plâns la început, a plâns și a plâns. A devenit clar că a simțit că l-am forțat să ia o decizie între noi și Josh și că el l-a ales pe Josh. A plâns pentru că i-ar fi dor de mine.

„Nu ne-a vorbit. Timp de trei luni și jumătate, nu am primit nimic. A continuat să-l vadă pe Josh, la școală, după școală și în weekend. În cele din urmă a trebuit să cedem.” Ceea ce părinții lui Lance și-au dat seama a fost că nu se pot confrunta direct cu problema colegilor. Le lipsea puterea de atașament, motiv pentru care încercarea lor de a limita interacțiunea dintre semeni a fiului lor a fost sortită eșecului. Au trebuit să se întoarcă la elementele de bază și să-și adune fiul, să-l atragă din nou în relație cu ei.

Ieșirile în familie și vacanțele trebuie protejate. Dacă aceste vremuri vor servi scopului de a ne aduna copiii și de a păstra legăturile, nu ne putem permite să diluăm funcția luând cu prietenii copiilor noștri. Nici nu ne putem permite genul de vacanță care desparte familia, așa cum devine moda atât pe pârtia de schi, cât și

în stațiunea însorită. Este un indiciu al cât de nebuni am devenit că până și vacanța în familie a cedat ideii că copiii aparțin copiilor și adulții cu adulții sau că vacanțele sunt pentru a le permite părinților să ia o pauză de la copiii lor. Cu cât luăm mai multe pauze, cu atât copiii sunt mai puțin atașați de noi. Ironia este că devin mai greu de părinți – și, prin urmare, cu atât avem nevoie de mai multe pauze de la ei!

Desigur, devine mai greu să impuni restricții adolescenților, în special celor deja foarte orientați spre egali. Ei cer libertatea de a-și continua relațiile unii cu alții, iar cerul îi ajută pe oricine îi împiedică. Pentru adolescenții orientați spre egali, care își urmăresc instinctele distorsionate, este clar că aparțin unul altuia și că părinții se află în calea a ceea ce contează cu adevărat. În ceea ce îi privește, părinții și profesorii care nu înțeleg aceste lucruri nu sunt în contact și pur și simplu nu le înțeleg.

De aici și importanța punerii în aplicare a unor structuri cât timp avem încă puterea de a face acest lucru. Dacă lăsăm în voia sorții, familiile noastre vor fi sfâșiate treptat de preocupările individuale, de cerințele societății, de presiunile economice și, în cele din urmă, de instinctele distorsionate ale urmașilor noștri. Structurile care facilitează relația părinte-copil sunt cheie: sărbători în familie, sărbători în familie, jocuri în familie, activități în familie. Dacă nu se lasă deoparte un timp și un loc și nu se creează ritualuri, presiunile care sunt mai urgente vor predomina inevitabil. Pentru familiile monoparentale, această sarcină este și mai crucială, deoarece presiunile concurente sunt mai intense. Tradițiile culturale care încă există într-o căsnicie, chiar dacă sunt slăbite în comparație cu cele care au predominat în trecut, deseori trec pe marginea drumului în urma despărțirii familiei.

De la șederea noastră în Provence, am ajuns să consider masa de familie ca fiind unul dintre cele mai importante ritualuri de atașament dintre toate. Atașamentul și mâncatul merg împreună. Unul îl facilitează pe celălalt. Mi se pare că masa ar trebui să fie o perioadă de dependență nerușinată: unde ierarhia atașamentului este încă păstrată, unde cei de încredere au grijă de cei dependenti,

unde experiența contează încă, unde există plăcerea de a se hrăni și de a fi hrănit și unde mâncarea este drumul spre inimă. Studiile altor mamifere au arătat că chiar și digestia pare să funcționeze mai bine în contextul atașamentului. Atașamentele tulburate explică probabil incidența mare a durerilor abdominale ale copiilor la școală și a problemelor lor alimentare la prânz. Ei ar explica, de asemenea, rezistența multor copii orientați către colegi de a fi hrăniți de părinți și de a se așeza la masă și de a lua masa în familie.

Deși simplul fapt de a mânca împreună ar putea facilita o conexiune primitivă, ceea ce este mai probabil să creeze un atașament autentic are de-a face cu tipul de interacțiune care are loc în timp ce mănânci. Masa de familie poate fi un ritual puternic de colectare. Ce altă activitate poate oferi o astfel de oportunitate de a intra în fața copiilor noștri într-un mod prietenos, de a oferi copiilor noștri ceva de care să se țină și de a-i invita pe copiii noștri să depindă de noi? Ce altă activitate ne oferă posibilitatea de a aduna ochii, de a convinge zâmbetele și de a-i face să dea din cap? Nu e de mirare că masa a fost piesa de rezistență a ritualurilor de curte umană de eoni. De asemenea, explică de ce masa în familie este piatra de temelie a culturii provensale: mesele sunt așezate cu grijă, felurile sunt servite pe rând, tradițiile sunt respectate, mesele sunt concepute să ia timp, nu sunt permise întreruperi. Masa de familie așezată are o distribuție uriașă, inclusiv brutarul, măcelarul și vânzătorii de la piața din sat. În timpul mesei și serii, afacerile încetează, iar magazinele își încuie ușile. Restaurantele fast-food sunt rare, la fel ca și obiceiurile de a mânca singur sau de a sta în picioare. Provence a fost numită o cultură a alimentelor. Mi se pare, însă, că consumul de alimente este doar aspectul cel mai vizibil. Un scop mai fundamental este atașamentul. Masa de familie a fost cu siguranță piesa centrală a propriei noastre vieți de familie în timp ce am stat în Provence. A fost ceea ce le-a lipsit cel mai mult copiilor noștri când ne-am întors.

Avem probleme profunde aici, în Lumea Nouă. Masa asezată în familie a devenit un eveniment pe cale de dispariție. Când există, este mai probabil să fie o activitate superficială cu scopul de a

alimenta. Există locuri de mers, lucru de făcut, sport de jucat, computere la care să stai, lucruri de cumpărat, filme de luat, televizor de vizionat. Mâncatul este ceea ce facem pentru a se pregăti pentru ceea ce urmează. Rareori aceste alte activități ne permit să ne adunăm copiii. Tocmai acum, când avem nevoie de masa de familie mai mult decât oricând, este posibil să mâncăm singuri și să le permitem copiilor noștri să facă același lucru. Bineînțeles, orele de masă care sunt tensionate, care sfârșesc în lupte sau pregătesc terenul pentru certuri despre maniere sau cine ar trebui să curețe masa nu vor servi o funcție de colectare. Părinții trebuie să folosească mesele pentru a intra în spațiul copiilor lor într-un mod prietenos.

Structurile personale sunt, de asemenea, importante pentru colectarea copiilor noștri și pentru păstrarea legăturilor. Trebuie să creăm un timp și un loc pentru o activitate cu un copil în care agenda noastră reală este conexiunea. Construirea relațiilor și menținerea atașamentelor sunt mult mai eficiente unu-la-unu decât în cadrul unui grup. Un număr nelimitat de activități poate asigura acoperirea: lucrul la un proiect, mersul la plimbare, jocul, gătitul împreună, cititul. Ritualurile de culcare precum poveștile și cântecele sunt interacțiuni de atașament sfințite cu copiii mai mici. Din nou, majoritatea părinților sunt mai mult decât capabili să-și dea seama de aceste lucruri. Ceea ce lipsește este conștientizarea că atașamentele copiilor noștri față de noi trebuie păstrate dacă nu le vom pierde în fața competiției. Chiar și o activitate de o dată pe săptămână poate contribui în mare măsură la atingerea obiectivului atașamentului.

RESTRICȚII PRIVIND CONTACTUL PEER

Deși restricțiile și structurile funcționează cel mai bine atunci când sunt utilizate preventiv, ele pot fi folosite și pentru a tempera obsesia față de semeni. Cel mai bine este întotdeauna să fii cât mai indirect posibil. A-i spune unui copil că prietenii lor contează prea mult, dezvăluie doar cât de ciudați suntem și cât de puțin înțelegem. Trebuie să creăm evenimente și structuri care să facă treaba fără a

dezvălui agenda noastră de bază. Dacă ora prânzului este ora de relaționare cu colegii, atunci, atunci când părinții sau alți îngrijitori sunt în măsură să facă acest lucru, căutarea alternativelor ar fi o prioritate. Dacă după școală este momentul de vârf pentru atașamentul colegilor, după școală ar trebui să fie ținta activităților care concurează. Dacă petrecerile în pijama sunt o problemă, ar fi de dorit să se impună unele restricții asupra frecvenței lor. Propria noastră politică de petreceri în pijamă o dată pe lună pentru fiica noastră Bria a întâmpinat uneori proteste considerabile. Într-o zi, frustrată, ea a izbucnit cu „Dar nu este corect – interferezi cu timpul nostru de legătură”. Ea nu ar fi putut să o spună mai succint sau să ne întărească preocupările mai detaliat. Dacă tehnologiile de atașament din casa cuiva - telefoane mobile, Internet, Microsoft Messenger - servesc scopurilor copiilor care se confruntă cu concurența, atunci trebuie să găsim o modalitate de a reduce accesul la această tehnologie sau de a crea structuri concurente. Odată ce un copil este cu adevărat orientat spre semeni, totuși, instinctele de a urmări apropierea de semenii săi pot fi atât de puternice încât regulile ar putea să nu mai fie suficiente pentru a controla comportamentul. În aceste cazuri, accesoriile tehnologice care servesc atașamentele de la egal la egal ar putea trebui sacrificate, la fel cum alcoolul ar fi interzis din casă dacă un membru al familiei ar avea o problemă cu băutura sau televizorul ar fi deconectat dacă limitele pe care le-ați impus ar fi ignorate.

Uneori, un părinte poate concura cu succes cu semenii copilului fiind cu un pas înaintea lor. Copiii orientați spre egali întâmpină adesea dificultăți de planificare în avans. Vor să fie împreună, dar dacă iau prea multă inițiativă, vor părea prea nevoiași și, prin urmare, se vor pregăti pentru o posibilă respingere. Ei învață să stăpânească indirect: „Bună, ce vrei să faci?” „Nu știu, ce vrei să faci?” "Nu știu." „Ei bine, poate că am putea pur și simplu să stăpânim sau să sumthth.” „Nu-mi pasă, indiferent” – și tot se întâmplă. Copiii orientați spre colegi se deplasează într-un fel împreună fără a se pune vreodată pe ei sau pe celălalt într-un loc de vulnerabilitate. Atașamentul oferă impulsul pentru a se reuni, dar

teama de vulnerabilitate îi împiedică să fie prea deschis în privința asta. Concluzia în această situație este că oferă părinților posibilitatea de a face o lovitură preventivă. Planificarea a ceva cu o zi sau, uneori, cu doar câteva ore înainte de orele previzibile ale socializării între semeni – o masă specială, o excursie la cumpărături, o ieșire în familie, o activitate preferată – poate împiedica copilul să fie absorbit de vârtejul în spirală al interacțiunii între semeni. A fi creativ în eliminarea timpului de legături între semeni este mult mai bine decât să reacționezi la simptomele orientării către semeni.

Adesea, dacă putem încetini suficient interacțiunea dintre egali, va avea loc un proces automat de auto-selectare. Cei mai intens orientați spre egali dintre prietenii copiilor noștri vor trece la alții care caută, de asemenea, să se conecteze în primul rând cu alți copii. Și, pentru că cu toții dorim să ne atașăm de oameni care împărtășesc interesele și valorile noastre, acei copii care sunt bine conectați cu părinții lor sunt probabil să își găsească prieteni ale căror familii sunt, de asemenea, mai importante pentru ei. Exact asta s-a întâmplat cu Bria în clasele a șasea și a șaptea. Prietenii ei mai orientați spre colegi plecaseră să-i caute pe alții de același fel, iar prietenii cu care rămăsese aveau familii de care erau foarte atașați și de care doreau să rămână aproape. Prietenii care nu concurează cu familia sunt exact ceea ce ne dorim, pentru copiii noștri și pentru noi înșine.

Desigur, procesul de a ajunge acolo îi poate duce pe copiii noștri, dacă sunt deja orientați spre colegi, prin niște momente dureroase. Este greu să facem lucruri care ne tulbură copiii, chiar și atunci când știm că este mai bine pentru ei pe termen lung. Impunând restricții copiilor intenționați să-și urmărească semenii, îi punem într-o situație dificilă. Capacitatea lor de a rămâne aproape unul de celălalt depinde de profitarea oricărei oportunități de contact și conexiune. A rata un schimb MSN cu un prieten, un eveniment din sala de chat pe Internet, o oportunitate telefonică, o întâlnire, o petrecere în pijama sau o petrecere înseamnă a pune în pericol relația. Această nesiguranță obsesivă este de obicei bine întemeiată.

Cei mai intens orientați către egali nu îi vor tolera pe cei care nu reușesc să urmărească proximitatea la fel de intens ca ei sau ai căror părinți îi stau în cale. Oricât de crud ar părea, este, totuși, deseori în interesul superior al copilului să îi împiedice. Niciunul dintre noi nu vrea să-și vadă copiii lăsați deoparte în frig, dar este de departe cel mai mic dintre cele două rele atunci când relațiile între semeni amenință apropierea cu părinții. Nu există nicio modalitate de a salva un copil orientat spre egali de la suferință. Singura alegere este dacă suferința este acum sau mai târziu. Suferința pe care o creăm pe termen scurt previne probleme mult mai mari în viitor.

Din cauza suferinței pe care restricțiile noastre le vor crea copiilor noștri, ar trebui să fim pregătiți pentru o călătorie grea. Când impunem restricții copiilor care intenționează să-l facă să funcționeze cu colegii, ei vor fi, cel mai probabil, intens frustrați. Dacă exista vreo întrebare cu privire la faptul că copilul era peste capul lui, expresiile sale grosolane și zgomotoase de profundă frustrare ar trebui să înlăture toate îndoielile. În activitatea sa medicală actuală cu dependenții de droguri, coautorul meu, Gabor, asistă frecvent la izbucniri similare de disperare și furie neatenuată atunci când el, să zicem, refuză să prescrie un narcotic pe care îl cere o persoană dependentă. Abordarea înțeleaptă este să nu iei astfel de atacuri personal. Rețineți întotdeauna că pentru copilul orientat spre semeni, răspunsul la viață este apropierea de semeni. A interfera cu această căutare înseamnă a evoca o frustrare extraordinară de atașament, așa că părinții ar fi bine să fie pregătiți să întâmpine ostilitatea și agresivitatea. Mai mult, amintiți-vă că copiii orientați spre egali rămân blocați în agendele lor și nu pot renunța. Deoarece inutilitatea unui curs de acțiune nu se scufundă pentru ei, ele devin persistente până la punctul de dezamăgire. Este o greșeală să te gândești la asta ca fiind încăpățânat sau voinic; blocat și disperat așa este cu adevărat. Copiii mai intens orientați spre egali nu își pot imagina viața în afara atașamentelor de la egal la egal. Prin urmare, trebuie să fim pregătiți să îndurăm și să reținem reacțiile pe care le provoacă regulile și restricțiile noastre. Sarcina noastră aici este să ne ținem pe noi înșine, adică să nu fim

declanșați și copleșiți de propriile noastre reacții scăpate de sub control. Asta ne va ajuta să ne ținem de copiii noștri în astfel de situații până când vom putea trece de cealaltă parte.

În stabilirea restricțiilor, trebuie să combinăm un sentiment optimist a ceea ce au nevoie copiii noștri cu o viziune realistă a ceea ce este posibil, adică a câtă putere de atașament avem de fapt. Cu cât putem fi mai indirecti în a impune restricții și cu cât putem fi mai proactivi în a pune în aplicare structuri care să facă treaba, cu atât mai probabil putem evita coliziunile frontale. Încercarea de a impune reguli atunci când ne lipsește puterea de atașament nu face decât să ne dezvăluim impotența. Impotența nu este ceva ce vrem să arătăm vreodată. Odată ce lipsa noastră de putere este dezvăluită, chiar și amenințările noastre cele mai amenințătoare vor fi demascate ca cacealmale care sunt – cu excepția cazului în care suntem pregătiți să creștem ante și să folosim forța în moduri care vor deteriora grav relația. Fără putere de atașament nu avem deloc putere autentică.

De asemenea, important de reținut atunci când impuneți limitări asupra interacțiunii între egali este că aceasta este doar jumătate din soluție. Cu copiii orientați spre egali, provocarea nu este doar să îi despărțim de semeni, ci să inversăm procesul care i-a îndepărtat de noi în primul rând. Trebuie să-i înlocuim pe semenii lor cu noi înșine, părinții lor. Dacă creăm un vid de atașament prin restricțiile noastre, trebuie să fim pregătiți să-l umplem cu noi înșine. Am subliniat deja că împământarea nu ar trebui folosită ca pedeapsă, ci ca o oportunitate (vezi capitolul 14). Adevăratul beneficiu nu constă în lecția învățată – așa cum vom vedea în capitolul următor, pedepsele concepute pentru a „preda o lecție” o fac rareori. Cu toate acestea, descurajarea interacțiunii între semeni prin împământare poate crea loc pentru înlocuirea timpului cu noi în locul interacțiunii între egali.

Ca părinți, avem nevoie de multă încredere pentru a ne opune curentului predominant, pentru a impune limite interacțiunii între semeni și pentru a stabili structuri care să păstreze atașamentele copiilor noștri față de noi. Poate fi nevoie de ceva curaj pentru a

rezista la răspunsurile neîncrezătoare și critice ale prietenilor noștri care nu înțeleg de ce nu prețuim contactele de la egal la egal așa cum o fac ei și de ce am căuta să-i menținem în limite înguste. „Chiar și cu prietenii de care suntem apropiați, oameni drăguți și cu o mare integritate, încă găsim aceleași bugabu-uri, aceleași presiuni pentru a permite copiilor noștri timp de joacă fără restricții, petreceri regulate de pijamă și așa mai departe”, spune un tânăr tată. „De fiecare dată când răspundem la întrebarea de ce nu, îi insultăm în mod neintenționat, pentru că au făcut alegerea opusă.”

Avem nevoie de putere pentru a rezista la rugămințile disperate ale unui copil orientat spre egali, pentru a îndura inevitabila supărare și furtuna protestelor. Mai presus de toate, avem nevoie de încredere în noi înșine ca cel mai bun pariu al copilului nostru. Ajută să ai un sprijin conceptual pentru propria intuiție parentală – iar această carte este menită să ofere asta – dar este nevoie totuși de curaj pentru a merge împotriva curentului. Nu recomandăm părinților să accepte sugestiile noastre până când nu au încredere, răbdare și căldură pentru a le urma. Nu trebuie să crezi un copil dintr-o carte – nici măcar aceasta!

Acțiunile și atitudinile noastre trebuie să provină dintr-o profundă încredere în sine că ceea ce facem este în interesul superior al copilului nostru – și asta necesită încredere deplină în propriile intuiții și un angajament ferm față de convingerile cuiva.

16 DISCIPLINĂ CARE NU SE DIVIDE

PUNEREA ORDINULUI COMPORTAMENTULUI unui copil este una dintre cele mai mari provocări ale părintelui. Cum controlăm un copil care nu se poate controla? Cum facem un copil să facă ceva ce ea nu vrea să facă? Cum împiedicăm un copil să atace un frate? Cum ne descurcăm cu un copil care rezistă îndrumărilor noastre?

În cultura noastră de soluționare rapidă, cu accent pe rezultatele pe termen scurt, totul și finalul este comportamentul în sine. Dacă obținem conformitate, chiar dacă doar temporar, considerăm că metoda este reușită. Cu toate acestea, odată ce luăm în considerare atașamentul și vulnerabilitatea, vedem că abordările comportamentale – sancțiunile impuse, consecințele artificiale și retragerea privilegiilor – se autoînfrâng. Pedeapsa creează o relație de adversar și provoacă întărire emoțională. Time-out pentru a preda o lecție, „dragoste dură” pentru a aduce comportamentul în ordine și „1-2-3 Magic”* pentru a-i face pe copii să se conformeze sunt tactici care încordează relația. Când ignorăm un copil ca răspuns la o criză de furie, izolăm copilul care se comportă prost sau ne retragem afecțiunea, subminăm sentimentul de securitate al copilului. A ordona copiilor prin preajmă provoacă contravoință – așa cum, de altfel, mituirea lor cu recompense. Toate aceste tehnici pun copilul în pericol de a fi atras în vârtejul colegilor.

Ce abordări îi rămân, atunci, părintelui?

Rămân o mulțime de modalități sigure, naturale și eficiente de a schimba comportamentul. Unele dintre aceste metode apar spontan dacă suntem mai puțin preocupați de ceea ce trebuie să facem decât de ceea ce este important în procesul parental – cu alte cuvinte, dacă rămânem mereu conștienți de atașament. Când, în schimb,

accentul este pus pe comportament, ne asumăm riscuri care amenință însăși baza puterii noastre de a părinți: relația noastră cu copiii noștri.

Acest capitol nu este un ghid cuprinzător pentru gestionarea comportamentului problematic. Cu toate acestea, oferă alternative la metodele care scapă de relații și emoții și introduce principiile de bază ale unei discipline care nu se divide. Aceste linii directoare reprezintă, în cea mai mare parte, o schimbare de o sută optzeci de grade față de practicile predominante. Ele pot dura ceva timp pentru a se asimila și încorpora. Pentru unii părinți, această abordare necesită o schimbare semnificativă în gândire și concentrare, în timp ce pentru alții validează ceea ce au practicat de-a lungul timpului.

CE ESTE ADEVĂRATA DISCIPLINĂ?

Pentru început, să ne extindem conceptul de disciplină. În contextul educației parentale, disciplina este considerată de obicei o pedeapsă. La o privire mai atentă, totuși, vedem că disciplină este de fapt un cuvânt bogat cu o serie de sensuri înrudite. De asemenea, se poate referi la o predare, un domeniu de studiu, un sistem de reguli și autocontrol. În acest sens, părinții sunt cei care trebuie mai întâi să dobândească disciplina. Când vine vorba de copii, folosim termenul de disciplină nu în sensul restrâns de pedeapsă, ci în sensurile sale mai profunde de antrenament, punere sub control, impunere a ordinii. Nu există nicio îndoială că copiii au nevoie de disciplină. Trebuie să asigurăm disciplina în moduri care să nu afecteze relația, să nu declanșeze apărări emoționale paralizante sau să nu favorizeze orientarea către semeni.

De-a lungul multor ani de consultanță cu părinții, mi-am organizat treptat gândurile în jurul acestei chestiuni în șapte principii ale disciplinei naturale. Prin firesc, mă refer la siguranța dezvoltării și la atașamentul – adică respectă atât relația părinte-copil, cât și maturizarea pe termen lung a copilului. Acestea sunt principii, nu formule. Modul în care se traduc în acțiune va varia de la situație la situație, de la copil la copil, de la părinte la părinte, de

la personalitate la personalitate și va depinde de nevoile și agendele atât ale copilului, cât și ale părintelui.

Tendința actuală în literatura parentală este de a răspunde cererii de abilități parentale sau strategii parentale. Nu de asta au nevoie părinții. Strategiile sunt mult prea definitive și limitative pentru o sarcină la fel de complexă și subtilă precum parentingul. Ele insultă inteligența părintelui și, de obicei, inteligența copilului. Strategiile ne fac să depindem de experții care le promovează. Părintele este mai presus de toate o relație, iar relațiile nu se pretează la strategii. Ele se bazează pe intuiție. Aceste șapte principii sunt concepute pentru a trezi sau susține intuiția parentală pe care o avem cu toții. Nu avem nevoie de abilități sau strategii, ci de compasiune, principii și perspicacitate. Restul va veni de la sine, deși nu spun că va veni ușor.

Pe măsură ce lucrăm pentru a aduce în acțiune valorile atașamentului, cei mai mulți dintre noi ar putea fi nevoiți să ne luptăm cu propriile noastre reacții impulsive și cu propria noastră imaturitate, cu propriul nostru conflict interior. Mai presus de toate, ar putea fi nevoiți să ne luptăm cu sentimente de inutilitate. Foarte puțini părinți vin gata făcute. Părinții sunt născuți din atașament și adaptare. Atașamentul, desigur, este atașamentul copilului față de noi, permițându-ne și dându-ne putere ca părinți. Partea de adaptare are de-a face cu evoluția noastră personală în curs de desfășurare, deoarece inutilitatea se afundă atunci când lucrurile pe care le încercăm nu funcționează. Nu există nicio scurtătură către acest proces de încercare și eroare. Trebuie, totuși, să ne lăsăm să simțim tristețea și dezamăgirea atunci când avem un sentiment de eșec. Întărirea emoțională va trunchia doar dezvoltarea noastră ca părinți, lăsându-ne rigizi și ineficienți.

Pe scurt, aceste șapte principii ale disciplinei naturale ar putea la fel de bine să fie intitulate șapte discipline pentru părinți. Ele implică punerea sub control și lucrul sistematic către un scop. Capacitatea noastră de a gestiona un copil în mod eficient este în mare măsură un rezultat al capacității noastre de a ne gestiona pe noi înșine. Trebuie să găsim aceeași compasiune pentru noi înșine

pe care dorim să o extindem copilului nostru. De exemplu, răspunsul la o lipsă de autocontrol din partea noastră este să nu ne pedepsim sau să ne îndemnăm să fim buni. Astfel de metode nu funcționează pentru noi mai mult decât pentru copiii noștri. Răspunsul constă în acceptarea faptului că și noi suntem falibili și că emoțiile noastre mai întunecate ar putea avea mai bine de noi. Uneori, furia noastră poate apărea în ciuda dragostei noastre pentru copilul nostru și a angajamentului nostru față de bunăstarea ei. În unele situații, dacă este posibil să facem acest lucru fără a fi neglijenți, este posibil să fim nevoiți să ne punem în așteptare ca părinți până când impulsurile iubitoare ies din nou la suprafață. De exemplu, putem înmâna datoria de părinte partenerului nostru sau altui adult de încredere în timp ce luăm o pauză – nu pentru a pedepsi copilul, ci, în mijlocul propriilor noastre sentimente amestecate, pentru a le găsi pe cele care le acceptă și îi îngrijesc față de copilul nostru. În mijlocul unor astfel de elemente conflictuale găsim control, echilibru, perspectivă și înțelepciune.

Disciplina nu trebuie și nu trebuie să fie contradictorie. Nu este vina copiilor noștri că se nasc necivilizați, imaturi; că impulsurile lor îi conduc sau că sunt sub așteptările noastre. Disciplina pentru părinți este de a lucra numai în contextul conexiunii. Uneori, când, în siguranța biroului meu, un părinte frustrat își aruncă copilul la gunoi, îi voi sugera să se oprească un minut pentru a simți legătura emoțională cu copilul și apoi să-mi vorbească din nou despre preocupările ei. Este uimitor cât de diferit ni se întâmplă lucrurile când ne-am găsit drumul de lângă copilul.

Așa cum am constatat în procesul de maturizare, avem un aliat în natură. Nu trebuie să facem totul: disciplina este inclusă în designul de dezvoltare. Există procese naturale prin care un copil este corectat spontan. O parte din sarcina cu care se confruntă părinții este să lucreze cu natura, nu împotriva ei. Cea mai semnificativă dintre aceste dinamici este, desigur, atașamentul, dar există și procesul emergent – impulsul înnăscut al copilului pentru stăpânirea de sine; procesul de adaptare — capacitatea de a învăța din ceea ce nu funcționează; și procesul de integrare — capacitatea de a îndura

sentimente și idei amestecate. Fiecare dintre aceste mecanisme de dezvoltare naturală aduce ordine în comportament și face copilul mai apt pentru societate. Dificultatea apare atunci când aceste procese sunt blocate sau denaturate – și, din motive pe care le-am explicat în special în capitolele 9 și 13, ele devin blocate în copilul orientat spre egali. Există foarte puține lucruri cu care se lucrează atunci când dinamica care ar trebui să dea naștere în mod natural și spontan la disciplină este afectată sau distorsionată.

Pe măsură ce ajungem la cele șapte principii, vom lua în considerare mai întâi abordări ale disciplinei care sunt legate de dezvoltarea naturală. Aceste principii nu trebuie luate drept prescripții imuabile. Sunt valori pe care să le urmăm, idei de bază la care să ne întoarcem atunci când inevitabilele frustrări ale părinților ne ispitesc să adoptăm tehnicile de auto-înfrângere ale „disciplinei bune de modă veche".

CELE SAPTE PRINCIPII ALE DISCIPLINEI NATURALE

Utilizați conexiunea, nu separarea, pentru a aduce un copil la rând

Separarea a fost întotdeauna atuul în parenting. Astăzi a fost transformat într-un mod sub formă de time-out. Deposedate de etichete eufemistice, aceste instrumente de modificare a comportamentului sunt forme reciclate de ocolire - izolare, ignorare, umăr rece, reținerea afecțiunii. Întotdeauna au generat mai multe probleme decât au rezolvat. Astăzi, ele aduc un dezavantaj suplimentar: ajută la crearea condițiilor care cresc susceptibilitatea copiilor la orientarea către colegi.

Retragerea apropierii (sau amenințarea pierderii acesteia) este un mijloc atât de eficient de control al comportamentului, deoarece declanșează cea mai mare frică a copilului - aceea de a fi abandonat. Dacă contactul și apropierea nu ar fi importante pentru copilul mic sau copilul mai mare, separarea de noi ar avea un impact foarte mic.

Când întrerupem contactul sau rupem conexiunea (sau când copilul anticipează că acest lucru se poate întâmpla), aducem creierul de atașament al copilului în alertă maximă. În toate cazurile, răspunsul copilului va veni dintr-o stare de anxietate, dar modul în care copilul arată asta va depinde de modul său particular de atașare. Un copil care este obișnuit să păstreze contactul cu părintele fiind „bun” va promite cu disperare că nu va mai încălca niciodată. Încercarea lui de a recăpăta conexiunea va aduce un flux de „Îmi pare rău”. Copilul al cărui mod de a rămâne aproape este prin gesturi și cuvinte afectuoase, atunci când își va simți atașamentul amenințat de părinte, va deveni plin de „te iubesc” – acesta va fi modul ei de a restabili apropierea. Dacă contactul fizic este primordial, copilul poate deveni lipicios pentru câteva ore, nevrând să te lase din vedere. Ideea de înțeles de către părinți este că aceste manifestări nu reprezintă înțelegere sau contriție autentică, ci doar anxietatea copilului care încearcă să restabilească relația cu părintele. Este naiv să credem că prin astfel de metode le dăm copiilor o lecție sau îi facem să ia în considerare greșeala căilor lor.

Jocul cărții de separare are un cost ridicat: nesiguranța. Copilul disciplinat prin separare poate conta pe apropiere și contact cu părintele doar atunci când se măsoară la nivelul așteptărilor părintelui. În astfel de condiții copilul nu experimentează nicio eliberare, nicio odihnă din impulsul de atașare și, prin urmare, nicio libertate pentru apariția individualității și a independenței sale. Copilul poate deveni foarte „bun”, dar va fi, de asemenea, lipsit de energie emergentă. Dezvoltarea lui este sabotata.

Amenințarea separării funcționează doar pentru că copilul este atașat de noi, dorește apropierea cu noi și nu este încă apărat emoțional împotriva vulnerabilității. Cu alte cuvinte, este încă capabil să-și experimenteze dorința de atașament și rănirea de la separare. Dacă aceste condiții nu există, separarea este ineficientă ca instrument de conformare. Pe de altă parte, orice „succes” va fi doar temporar. Fie că este vorba de separare fizică sau de retragere emoțională, sensibilitățile copilului sunt susceptibile să fie copleșite.

Dacă noi, ca adulți, ne simțim răniți când suntem ignorați sau ocoliți, cu atât mai mult copiii noștri. Poate fi dificil pentru părinții care folosesc timeout-uri doar cu intenții bune să accepte acest lucru, dar consecințele finale ale acestei tehnici de separare sunt foarte negative pentru copilul mic sensibil. Atacă copilul în punctul său cel mai vulnerabil – nevoia lui de a rămâne atașat de părinți. Mai devreme sau mai târziu copilul va fi obligat să se protejeze de durerea de a fi rănit în acest fel. Se va opri din punct de vedere emoțional sau, mai corect, creierul său de atașament o va face. (Vezi capitolul 8 pentru o discuție despre oprirea defensivă.)

Folosind relația împotriva copilului, provocăm creierul de atașament să ne închidă, creând un gol de conexiune. De fapt, îl inducăm pe copil să-și caute nevoile de atașament în altă parte și până acum este clar cu ce rezultat. Folosind pauzele și reacționând în moduri care rup conexiunea, ne aruncăm efectiv copiii către colegii lor.

Creierul copilului se poate apăra, de asemenea, împotriva vulnerabilității separării, rezistând contactului cu părintele. Un astfel de copil se poate ascunde sub pat sau în dulap și respinge propunerile părinților pentru împăcare. Sau, în așteptarea unor necazuri, poate alerga în camera ei sau poate cere să fie lăsată în pace. Într-un fel sau altul, experiența separării va declanșa instinctul copilului de a se detașa de noi.

Separarea este dăunătoare în special atunci când este folosită în mod punitiv ca disciplină pentru agresiune. După cum am explicat în capitolul 10, combustibilul agresiunii este frustrarea. Rezultatul final al folosirii separării este mai multă agresivitate, nu mai puțină. Orice conformare pe care o putem obține cu un copil agresiv prin folosirea de timeout-uri, dragoste dură și alte tehnici de separare va fi de scurtă durată, deoarece nu se bazează pe nimic mai mult decât alarma temporară a copilului cu privire la relație. Imediat ce proximitatea cu părintele este restabilită, agresivitatea va reveni cu o forță mai mare, combustibilul adăugat provenind din frustrarea atașamentului pe care tocmai am provocat-o. Încercările noastre

inepte de a ciupi agresivitatea din boboc nu fac decât să-i promoveze creșterea.

A supune un copil unor experiențe inutile de separare, chiar dacă din cele mai bune intenții, este miop și o greșeală pe care natura nu o iartă ușor. Este o prostie să ne riscăm puterea de a fi părinți mâine pentru un pic de putere în plus astăzi.

Alternativa pozitivă și naturală la separare este conexiunea. Conexiunea este sursa puterii și influenței noastre parentale și a dorinței copilului de a fi bun pentru noi. Conexiunea ar trebui să fie atât obiectivul nostru pe termen scurt, cât și obiectivul nostru pe termen lung. Trucul este să fim atenți la conexiune înainte de a apărea o problemă, în loc să impunem separarea după aceea, pentru a evita problemele viitoare, mai degrabă decât să reacționăm punitiv după ce comportamentul copilului nostru iese din limite.

Practica de bază parentală care derivă din această schimbare a gândirii este ceea ce eu numesc „conexiune înainte de direcție". Ideea este de a colecta copilul – angajând instinctele de atașament ale copilului în conformitate cu liniile discutate în capitolul 14 – pentru a oferi îndrumări și îndrumare. Cultivând mai întâi conexiunea, minimizăm riscul de rezistență și reducem șansele de a ne pregăti pentru propriile noastre reacții negative. Fie cu copilul necooperant, fie cu adolescentul recalcitrant, părintele trebuie mai întâi să se apropie de copil, restabilind apropierea emoțională înainte de a aștepta conformare.

Un singur exemplu ilustrează acest principiu simplu. Tyler, în vârstă de unsprezece ani, era în piscina din curte cu sora lui și câțiva prieteni. S-au distrat bine până când Tyler s-a lăsat luat și a început să-și lovească colegii de joacă cu un tăiței de plastic. Mama i-a spus să se oprească, dar nu a făcut-o. Tatăl s-a supărat, a țipat la Tyler pentru că nu ascultă de mama lui și i-a ordonat să iasă din piscină. A refuzat să se supună. Tatăl a sărit în cele din urmă, l-a târât afară și, gândindu-se să-i dea o lecție fiului său, l-a trimis în camera lui să se gândească la ce făcuse. Comportamentul lui Tyler, mi-au explicat părinții, a fost complet intolerabil și nu trebuie să se repete. M-au auzit totuși vorbind despre riscurile folosirii separării

pentru a aduce un copil la rând și au vrut să știe ce ar fi putut face altfel.

Odată ce situația s-a dezlegat, probabil că părinții au trebuit să-și ia o pauză înainte de a continua. Când aveți probleme, este mai bine să creșteți proximitatea decât să o reduceți. Dorința de a se conecta trebuie să fie în părinte înainte să existe ceva pozitiv la care copilul să răspundă. Când dorința de a se conecta reapare în părinte, primul pas este restabilirea conexiunii. Să facem o plimbare împreună, să mergem la plimbare împreună, să aruncăm o minge — conexiunea umană trebuie să fie intactă înainte ca noi să obținem puncte. În acest caz, ceea ce i-a făcut pe părinți pe picior greșit a fost ceea ce lipsea la începutul interacțiunii lor. Tyler era complet angajat în ceea ce făcea. În acea mentalitate, el nu s-a orientat de către părinți sau nu s-a conectat la nicio dorință de a le urma cererile. În astfel de circumstanțe, reconectarea cu copilul este imperativă înainte de a continua. Încercările de conectare ar fi putut include: „Uau, Tyler, te distrezi vreodată?" Cu asta, probabil că cineva ar primi un rânjet și un încuviințare de acord. Având ochii, zâmbetul și încuviințarea din cap, următoarea direcție de la părinți ar fi fost să aducă copilul aproape. „Tyler, trebuie să vorbesc cu tine un minut în privat. Vino aici în lateral." Odată ce copilul este colectat, părintele ar fi într-o poziție de putere și influență. El ar putea oferi o direcție pentru a calma lucrurile și a păstra distracția pentru toți. În plus, uzura și ruperea atașamentelor lui Tyler ar fi fost prevenite, un punct care este mai îngrijorător din punct de vedere al dezvoltării decât predarea lui Tyler o lecție. În loc să folosească separarea la capăt, părinții lui Tyler au trebuit să folosească conexiunea la capătul din față.

Nu este un dans complicat; de fapt, este surprinzător de simplu. Trucul este micul pas al atașamentului de la început. Principiul conexiunii înainte de direcție se aplică aproape orice, indiferent dacă cereți despre teme, solicitați ajutor pentru aranjarea mesei, amintindu-i copilului despre hainele pe care trebuie să le agățați, informând că este timpul să opriți televizorul sau confruntându-vă cu o interacțiune între frați. Dacă relația de bază este bună, acest

proces ar trebui să dureze doar câteva secunde. Dacă atașamentul este slab sau apărat împotriva, încercarea de a colecta copilul ar trebui să ne dezvăluie acest lucru. Este foarte dificil să impuni ordine în comportamentul unui copil atunci când există o tulburare de bază în atașament. Eșecul de a colecta copilul ar trebui să ne reamintească să ne renunțăm la o preocupare față de conduită și să ne concentrăm efortul și atenția pe construirea relației.

Când folosim pentru prima dată această practică de conectare înainte de direcție, ne poate părea puțin ciudat și conștient de sine. Odată ce devine obișnuință, însă, uzura relației ar trebui să scadă semnificativ. Părinții care se pricep la asta vor solicita adesea zâmbetul și încuviințarea înainte de a-și face cererea sau de a-și face cererea. Rezultatele pot fi uluitoare.

Când apar probleme, lucrați la relație, nu la incident

Când ceva nu merge bine, răspunsul obișnuit este de a înfrunta comportamentul în cauză cât mai curând posibil. În psihologie, acest lucru este denumit principiul imediatității și se bazează pe ideea că, dacă comportamentul nu este abordat imediat, se va pierde oportunitatea de a învăța. Copilul va fi „scăpat” cu un comportament prost. Această îngrijorare este nefondată.

Principiul imediatității își are rădăcinile în studiul învățării animalelor, unde nu există conștiință cu care să lucrezi și nici abilitate de a comunica cu subiecții. Lucrul cu copiii noștri ca și cum ar fi creaturi fără conștiință transmite o neîncredere profundă și le reduce umanitatea. La fel ca adulții, copiii nu sunt înclinați să-i țină drag pe cei care își judecă greșit intențiile și le insultă abilitățile, mai ales atunci când atașamentele substitutive sunt ușor disponibile.

Încercarea de a face progrese în mijlocul unui incident supărător nu are sens nici din alte motive. În timpul unei supărări, copilul este probabil să scape de sub control. Alegerea unui astfel de moment pentru a corecta, a direcționa sau a preda „lecții” este o pierdere de

timp. În ceea ce ne privește, comportamentul inadecvat al copilului nostru ne prinde adesea prin surprindere, stârnind reacții emoționale intense. Deci, comportamentul nostru – la fel ca cel al copiilor noștri – este, de asemenea, mai probabil să fie urgent și nemodificat. Abordarea problemelor necesită o pregătire atentă. În mijlocul unui incident este rareori atunci când copilul va fi cel mai receptiv sau noi cel mai conștient și creativ.

Având în vedere relația, obiectivele imediate sunt de a opri comportamentul dacă este necesar și de a păstra un atașament de lucru. Putem oricând să revedem incidentul și comportamentul mai târziu, odată ce am calmat sentimentele intense și am restabilit legătura.

Unele comportamente ne apasă pe butoane și ne testează cu durere capacitatea de a rămâne atașați de copilul nostru. În fruntea listei se află agresivitatea și contravoința. Dacă suntem la capătul de primire a insultelor, „Te urăsc" sau chiar a agresiunii fizice, provocarea imediată este să supraviețuim atacului fără a afecta relația. Nu este momentul să comentezi natura comportamentului sau impactul său vătămător. Nici nu este momentul să emitem amenințări și sancțiuni sau să trimiteți copilul în izolare. Pentru a se pregăti pentru intervenția care urmează, părinții trebuie să-și păstreze demnitatea. Trebuie să evităm exacerbarea situației prin manifestări emoționale necontrolate. Dacă permitem sentimentelor noastre de victimizare să domine, nu putem menține rolul adultului responsabil.

Concentrarea pe frustrare în loc să iei atacul personal va ajuta adesea: „Ești supărat pe mine", „Ești foarte frustrat", „Nu a funcționat pentru tine", „Ai vrut să spun da și eu a spus nu," „Te gândești la toate cuvintele rele pe care le poți numi", „Acele sentimente ți-au scăpat din nou." Nu cuvintele sunt critice, ci recunoașterea frustrării care există în copil și un ton al vocii care indică faptul că ceea ce tocmai s-a întâmplat nu a rupt uniunea. Pentru a ne păstra relația de lucru cu un copil, trebuie să indicăm cumva că relația nu este în pericol.

Uneori ajută să arunci un steag de infracțiune. "Acest lucru nu este bun. Vom vorbi despre asta mai târziu." Cuvintele, din nou, sunt mai puțin importante decât tonul, care ar trebui să fie prietenos și cald, nu amenințător. Conexiunea principală care trebuie păstrată este cea umană. Trebuie să restabilim calmul, în noi și în copil. La momentul potrivit, ne pregătim întâlnirea pentru a rezolva lucrurile. Mai întâi colectăm copilul și abia apoi încercăm să tragem lecții din ceea ce sa întâmplat.

Când lucrurile nu funcționează pentru copil, scoateți lacrimile în loc să încercați să predați o lecție

Un copil are multe de învățat: să împărtășească mamii, să facă loc unui frate, să facă față frustrării și dezamăgirii, să trăiască cu imperfecțiune, să renunțe la cerințe, să renunțe să fie în centrul atenției, să accepte un nu. Amintiți-vă, unul dintre semnificațiile fundamentale ale disciplinei este „a preda". Prin urmare, o mare parte din munca noastră ca părinți este să ne învățăm copiii ceea ce trebuie să știe. Dar cum?

Aceste lecții de viață sunt mult mai puțin rezultatul unei gândiri corecte decât al adaptării. Cheia adaptării este ca inutilitatea să se cufunde ori de câte ori ne confruntăm cu ceva care nu va funcționa și nu ne putem schimba. Când procesul de adaptare se desfășoară așa cum ar trebui, lecțiile sunt învățate spontan. Părinții nu lucrează singuri.

Procesul adaptativ își îndeplinește sarcina de a „disciplina" copiii noștri într-o serie de moduri naturale: punând capăt unui curs de acțiune care nu funcționează; permițând copilului să accepte limitări și restricții; prin facilitarea renunțării la cererile inutile. Doar printr-o astfel de adaptare un copil se poate adapta la circumstanțe care nu pot fi schimbate. Prin acest proces un copil descoperă și că poate trăi cu dorințe neîmplinite. Adaptarea îi permite unui copil să se recupereze după traumă și să depășească pierderea. Aceste lecții nu pot fi predate direct nici prin rațiune, nici prin consecințe. Sunt cu

adevărat învățături ale inimii, învățate doar pe măsură ce inutilitatea se cufundă.

Părintele trebuie să fie atât un agent al inutilității, cât și un înger al confortului. Este contrapunctul uman la cel mai bun și mai provocator. Pentru a facilita adaptarea, un părinte trebuie să danseze copilul până la lacrimi, la eliberare și la sentimentul de odihnă care vine în urma eliberării.

Prima parte a acestui dans al adaptării este de a reprezenta pentru copil un „zid al inutilității". Uneori, aceasta va fi făcută de noi, dar cel mai adesea este făcut din realitățile și limitările vieții de zi cu zi: „Sora ta a spus nu", „Acesta nu va funcționa", „Nu te pot lăsa să faci asta", „ Nu este suficient", „Asta e tot pentru azi", „Nu te-a invitat", „Nu a fost interesată să te asculte", „Sally a câștigat jocul", „Bunica nu poate veni". Aceste realități trebuie să fie prezentate ferm, astfel încât să nu devină problema. A echivocă — a raționa, a explica, a justifica — înseamnă a nu oferi copilului ceva la care să se adapteze. Dacă există vreo șansă ca situația să fie schimbată, nu va exista nicio adaptare la amorsare. Este o chestiune de a-l adapta pe copil exact cum sunt lucrurile, nu așa cum ți-ai dori el – sau chiar tu – să fie.

Eșecul de a rămâne ferm atunci când ceva este imuabil îl provoacă pe copil să caute căi de evadare din realitate și astfel împiedică procesul de adaptare. Va fi suficient timp pentru a vă transmite motivele, dar numai după ce inutilitatea schimbării lucrurilor va fi acceptată.

A doua parte a dansului de adaptare este de a veni alături de experiența de frustrare a copilului și de a oferi confort. Odată ce zidul inutilității a fost stabilit – într-un mod care este ferm, fără a fi dur – este timpul să-l ajutăm pe copil să găsească lacrimile de sub frustrare. Agenda nu ar trebui să fie de a preda o lecție, ci de a muta frustrarea în tristețe. Lecția va fi învățată spontan odată ce această sarcină este îndeplinită. Putem spune lucruri precum „Este atât de greu când lucrurile nu funcționează", „Știu că ai vrut cu adevărat să se întâmple asta", „Sperai că voi avea un răspuns diferit", „Nu este ceea ce te așteptai," „Mi-aș fi dorit ca lucrurile să fi fost altfel." Din

nou, mult mai important decât cuvintele noastre este simțul copilului că suntem cu ea, nu împotriva ei. Când este momentul potrivit, să punem puțină tristețe în vocea noastră poate provoca mișcarea până la lacrimi și dezamăgire. Ar putea fi nevoie de puțină practică pentru a simți acest punct; a merge prea repede sau a fi prea pronunțat se poate întoarce înapoi. Acest dans nu poate fi coregrafiat; părintele trebuie să-și simtă drumul. Și aici învățăm prin încercare și eroare.

Uneori, părintele poate face toate mișcările corecte și totuși eșuează lamentabil în amorsarea procesului de adaptare. Problema ar putea fi că copilul nu percepe părintele ca pe o sursă sigură de confort pentru atașament. Cel mai adesea, lacrimile nu curg pentru că procesul de adaptare este blocat: o victimă a copilului a devenit prea apărat împotriva vulnerabilității. Inutilitatea nu se cufundă.

Adaptarea funcționează în ambele sensuri. Uneori, noi părinții ar putea avea nevoie să ne adaptăm la lipsa de adaptare a copiilor noștri. Când procesul care promovează disciplina naturală nu este activ în copilul nostru, trebuie să ne retragem din încercările noastre de a merge înainte. În astfel de momente trebuie să ne găsim propria tristețe și să renunțăm la așteptările noastre zadarnice. Renunțând la ceea ce nu funcționează, este mai probabil să dăm peste ceea ce funcționează. Dacă semnele revelatoare ale adaptării lipsesc - dacă ochii copilului nu lăcrimănă atunci când agendele sunt dejucate, dacă pierderea nu evocă tristețe, dacă nebun nu trece la trist - părintele va trebui să găsească o altă modalitate de a crea ordine din haos. Din fericire, există și alte modalități.

Solicitați intenții bune în loc să cereți un comportament bun

A patra schimbare a gândirii necesită o schimbare a focalizării de la comportament la intenție. Intențiile sunt foarte subevaluate. Sentimentul predominant în societatea noastră este că intențiile nu sunt suficient de bune, că numai comportamentul adecvat trebuie acceptat și aplaudat. Nu este drumul spre iad pavat cu bune

intenții? Din punct de vedere al dezvoltării, nimic nu poate fi mai departe de adevăr. Intențiile bune sunt ca aurul: intenția este sămânța valorilor și precursorul simțului responsabilității. Pregătește scena pentru sentimente amestecate. A neglija intenția înseamnă a trece cu vederea una dintre cele mai valoroase resurse din experiența unui copil.

Obiectivul nostru, ori de câte ori este posibil, ar trebui să fie acela de a solicita bune intenții la copil. Succesul presupune, încă o dată, ca copilul să-și dorească să fie bun pentru noi, să fie deschis să fie influențat de noi. Primul pas, ca întotdeauna, trebuie să fie să colectăm copilul, să cultivăm legătura care ne dă putere.

În continuare, ne folosim influența pentru a convinge copilul în direcția corectă – sau cel puțin într-o direcție incompatibilă cu problemele. Nu este suficient ca copiii să știe ce ne dorim. Intenția de a se conforma trebuie să fie a lor. Pentru un copil mic care nu dorește să meargă cu mami, ar implica să-l adună și apoi să-și dezvolte o intenție care să-l facă să meargă în direcția pe care ai dorit-o. „Crezi că ai putea să-i îmbrățișezi bunicii acum și să-i spui la revedere?" „Am nevoie de ajutor pentru a transporta asta la mașină. Crezi că o poți purta pentru mine?" Trucul este să puneți mâna copilului pe propriul volan - la fel cum într-un parc de distracții multe curse vor avea roți mici care nu direcționează de fapt trenul sau vehiculul, dar îi permit șoferului mic să creadă că el este la conducere. Mai bine este să anticipăm problemele înainte ca acestea să apară, făcând apel la propriul sentiment de stăpânire al copilului. De exemplu, dacă știți că veți întâmpina rezistență când este timpul să plecați, adunați copilul în prealabil și solicitați intenția de a veni când spuneți că este timpul să plecați. „Vei fi gata să te încalți când trebuie să plecăm?" Recunoscând că poate fi greu pentru copil, dar întrebând-o dacă crede că poate face acest lucru ar trebui să o aducă pe ea.

Solicitarea de bune intenții la copiii mai mari implică împărtășirea cu ei a propriilor tale valori sau găsirea în ei a semințelor valorilor tale. De exemplu, un părinte ar putea să-și împărtășească propriile obiective în ceea ce privește gestionarea

frustrării: „Sunt întotdeauna mândru de mine când mă pot simți frustrat fără să insult pe nimeni. Cred că ești suficient de mare acum ca să încerci. Ce crezi? Ești dispus să lucrezi la asta?” Pentru copiii care au tendința de a fi prinși de propria lor intensitate, ar putea implica o mică bătaie preventivă înainte ca copilul să fie pe cale să se angajeze într-o activitate în care este posibil să apară probleme. „Știu că atunci când te distrezi, uneori te lași purtat și uiți să te oprești când cineva îți cere. Aș putea conta pe tine să încerci? Știu că îți place când ceilalți copii sunt aici să se joace și ți-ar plăcea să dureze cât mai mult posibil.”

Nu spunem că solicitarea unei bune intenții va duce automat la comportamentul dorit. Chiar și pentru adulți, bunele intenții nu se traduc întotdeauna în acțiune. Dar copilul trebuie să înceapă de undeva, iar țintirea în direcția corectă este de unde să înceapă.

În solicitarea unei bune intenții, încercăm să atragem atenția nu asupra voinței noastre, ci asupra voinței copilului. În loc de „Vreau să…”, „Trebuie să…”, „Trebuie să…”, „Ți-am spus să…”, „Trebuie să…” să obții o declarație de intenție sau cel puțin un încuviințare din cap care să o afirme: „Pot conta pe tine pentru...?” „Ești dispus să încerci?” „Crezi că ai putea?” "Ești gata să …?" „Crezi că te poți descurca acum?” „Vrei să încerci să-ți amintești?” Există, desigur, momente când trebuie să ne impunem voința. Oricât de necesar ar fi, ea în sine nu duce la bune intenții din partea copilului. Iar impunerea voinței noastre este întotdeauna contraproductivă dacă se face prea coercitiv sau în afara unei bune conexiuni.

Solicitarea de bune intenții este o practică parentală sigură și extrem de eficientă. Transformă copiii din interior spre exterior. Ceea ce nu poate fi realizat prin solicitarea de bune intenții nu este probabil să fie realizat prin alte mijloace.

Este esențial să recunoaștem intențiile pozitive ale copilului în loc să-l identifici cu impulsurile, acțiunile sau eșecurile sale. Părintele trebuie să fie cât mai susținător și încurajator posibil: „Știu că nu asta ai vrut să se întâmple”, „Nu-i nimic, vei ajunge acolo”, „Mă bucur că nu ai vrut, asta este important." Dacă nu scoatem

înțepătura eșecurilor inevitabile, copilul va fi tentat să renunțe. Intențiile trebuie cultivate cu atenție pentru a le duce la îndeplinire.

Dacă nu putem ajunge la prima bază în solicitarea de bune intenții, fie copilul nu este suficient de matur, fie nu suntem suficient de persuasivi – fie există probleme în relația de atașament. Atașamentul copilului față de noi poate fi oprit – apărat împotriva – sau insuficient dezvoltat. Incapacitatea noastră de a solicita bune intenții la copil ar trebui să ne alerteze asupra acestor probleme de bază și să ne determine să luăm măsuri de remediere. Chiar și eșecurile noastre pe termen scurt pot, în acest fel, să servească unui scop pozitiv pe termen lung. A cânta pe comportamentul „rău" al copilului atunci când nici măcar nu putem solicita intenția de a fi buni înseamnă a pune căruța înaintea calului.

Atrageți sentimentele mixte în loc să încercați să opriți comportamentul impulsiv

„Nu mai lovi", „Nu întrerupe", „Opri-o", „Lasă-mă în pace", „Nu te mai comporta ca un bebeluș", „Nu fi atât de nepoliticos", „Apucă-te", „Încetează-te" să fii atât de hiper", „Nu fi prost", „Nu mai fi deranjat de ea", „Nu fi atât de rău". A încerca să oprești comportamentul impulsiv este ca și cum ai sta în fața unui tren de marfă și i-ai comanda să se oprească. Atunci când comportamentul unui copil este condus de instinct și emoție, există puține șanse de a impune ordinea prin confruntare și comenzi de lătrat.

A existat o perioadă în istoria psihologiei când creierul copilului era perceput ca o tabula rasa, o tablă goală, lipsită de forțele interne care îl obligau pe copil să acționeze într-un fel sau altul. În acest caz, comportamentul unui copil ar fi relativ ușor de ținut sub control, fie prin direcție, fie prin consecințe. Deși mulți părinți și educatori încă operează sub această iluzie, știința modernă a stabilit o perspectivă complet diferită. Neuropsihologii care studiază creierul uman descoperă rădăcinile instinctuale ale comportamentului. Multe dintre răspunsurile unui copil sunt conduse de instincte și emoții care apar spontan și automat, nu din decizii conștiente. În majoritatea circumstanțelor, copiii (și alte

ființe umane imature) sunt deja sub ordine interioară de a se comporta într-un anumit fel. Copilul înfricoșat urmează ordinele instinctuale de a evita. Copilul nesigur poate fi obligat să se agațe și să țină. Frustrarea îl determină adesea pe copil să ceară sau să plângă sau să atace. Copilul rușinat are ordin să se ascundă sau să se ascundă. Copilul rezistent contracarează automat voința altuia. Când un copil este impulsiv, impulsurile domină. Există ordine în acest univers, dar nu genul de ordine pe care am dori să o vedem. Creierul își face treaba doar în mișcarea copilului în funcție de emoțiile și instinctele activate.

Există o alternativă la confruntare. Cheia autocontrolului nu este puterea de voință, așa cum credeam cândva, ci sentimentele amestecate. Atunci când impulsurile conflictuale se amestecă, comenzile se anulează reciproc, punând copilul pe scaunul șoferului, parcă. Apare o nouă ordine în care comportamentul este înrădăcinat mai degrabă în intenție decât în impuls. Un astfel de comportament este mult mai puțin determinat și, prin urmare, mult mai ușor de lucrat. Sarcina noastră este să ajutăm să aducem în conștiința lui sentimentele și gândurile conflictuale care există în copil. Amintiți-vă, din capitolul 9, că semnificația rădăcină a temperamentului a fost să amestecăm diferite elemente – și tocmai asta trebuie să facem! În loc să încercăm să abordăm comportamentul, scoatem în evidență elementul de temperare pentru a modera impulsul care face copilul să aibă probleme.

Într-un copil plin de sentimente de atac, de exemplu, vrem să atragem în conștiința lui sentimentele, gândurile și impulsurile care ar intra în conflict cu atacul. Acest obiectiv nu poate fi atins prin confruntare. Confruntarea duce, în cel mai bun caz, la o conformare goală sau, pe de altă parte, la defensivă. Nu face nimic pentru a dezvolta controlul impulsurilor din interior. Elementele moderatoare pot fi sentimente de afecțiune, de grijă sau de alarmă. Copilul ar putea simți îngrijorarea în legătură cu rănirea sau anxietatea pentru a intra în necazuri. Dacă copilul este condus de impulsuri contra-voinței, am dori să atragem în conștiință sentimente puternice de atașament, de dorință de a fi pe plac, de

dorință de a ne măsura. Trucul este să atragi sentimentele amestecate în conștiință în același timp.

Când conștientizăm sentimente conflictuale, trebuie să ieșim din afara incidentului în care apare problema și în interiorul relației în care putem prelua conducerea. Această sarcină ar trebui încercată numai atunci când intensitatea sentimentelor s-a ușurat oarecum.

Este întotdeauna mai înțelept să-i reamintești copilului mai întâi impulsurile moderatoare decât emoțiile necontrolate care l-au făcut să aibă probleme. Odată ce copilul se simte prietenos și afectuos, putem povesti frustrarea care a fost înainte. „Ne distrăm atât de bine împreună acum. Îmi amintesc de dimineața asta când nu erai prea fericit cu mine. De fapt, ai fost atât de supărat, încât chiar m-ai lăsat să o fac." Trebuie să facem loc pentru aceste sentimente amestecate. „Nu este amuzant felul în care ne putem supăra atât de mult pe cei pe care îi iubim?" La fel și cu sentimentele de contravoință. „Se pare că acum îți este ușor să faci ceea ce îți cer. Acum câteva ore, ai simțit că te stăpânesc."

Abordarea comportamentului problematic prin extragerea elementului de revenire este ușor de atașat. Noi, ca părinți, luăm conducerea în a vedea atât „acest lucru" cât și „aceasta" în copil. Invităm elementele conflictuale să existe și să comunicăm acceptarea a ceea ce este în interiorul copilului. Disciplina de acest fel îi atrage pe copiii noștri la noi în loc să-i alunge.

Adesea le spunem copiilor noștri să-l îndepărteze - ca și cum ar putea să facă o intervenție chirurgicală psihică asupra lor! Nu putem tăia din repertoriul unui comportament al unui copil care este adânc înrădăcinat în instinct și emoție. Impulsurile sunt cu noi atâta timp cât trăim. Dacă nu am devenit amorțiți, cu toții ar trebui să simțim impulsurile asociate cu rușine, cu nesiguranță, gelozie, posesivitate, frică, frustrare, vinovăție, contravoință, teamă și furie. Răspunsul naturii nu este de a tăia ceva, ci de a adăuga ceva la conștiință care, dacă este necesar, ar verifica impulsul în cauză.

Când aveți de-a face cu un copil impulsiv, încercați să scrieți comportamentul dorit în loc să cereți maturitate

Nu toți copiii sunt pregătiți pentru modalitățile mai avansate de încurajare și predare a disciplinei despre care am discutat până acum. Cei, de exemplu, care nu au dezvoltat încă sentimente amestecate sunt incapabili de experiență temperată, indiferent cât de pricepuți sau de harnici am fi.

Copiii care au probleme cu autocontrolul nu au capacitatea de a recunoaște impactul comportamentului lor sau de a anticipa consecințele. Ei sunt incapabili să se gândească de două ori înainte de a acționa sau să aprecieze modul în care acțiunile lor îi afectează pe alții. Le lipsește capacitatea de a lua în considerare punctul de vedere al oricui în același timp cu al lor. Acești copii sunt adesea considerați a fi insensibili, egoiști, necooperanți, necivilizați și chiar nepăsători. A-i percepe în acest fel, totuși, înseamnă doar a ne pregăti să devenim supărați de conduita lor și să facem cerințe pe care nu le pot îndeplini. Copiii limitați la o conștientizare unidimensională nu pot îndeplini nici măcar cerințe atât de simple precum să fii bun, să nu fii nepoliticos, să nu întrerupi, să fii drăguț, să fii corect, să nu fii răutăcios, să ai răbdare, să nu faci o scenă , încercați să ne înțelegeți – sau nenumărate alte ordine pe care le putem lătra. Nu ne putem face copiii să fie mai maturi decât sunt ei, indiferent cât de mult am insista să „crească”. A te aștepta ca ei să facă imposibilul este frustrant și, mai rău, sugerează că e ceva în neregulă cu ei. Copiii nu pot suporta un astfel de sentiment de rușine fără a deveni defensivi. Pentru a ne păstra relația cu un copil care nu este încă capabil să funcționeze matur, trebuie să renunțăm la cerințele și așteptările nerealiste.

Există o altă modalitate de a trata copiii imaturi: în loc să cerem ca aceștia să manifeste spontan un comportament matur, am putea scrie comportamentul dorit. Urmărirea instrucțiunilor noastre nu va face copilul mai matur, dar îi va permite să funcționeze în situații sociale pentru care, altfel, ea nu este încă pregătită din punct de vedere al dezvoltării.

A scrie comportamentul unui copil înseamnă a oferi indicii pentru ce să faci și cum să faci asta. Atunci când copiii nu sunt încă capabili să se înțeleagă spontan, acțiunile lor trebuie să fie

orchestrate sau coregrafiate de cineva de la care copilul ia indicii: „Așa ții copilul în brațe”, „Să-l dăm pe Matei o întoarcere acum”, „Dacă Există o îmbrățișare în tine pentru bunica, acesta ar fi momentul să o dai”, „Mângâiem pisica așa”, „E rândul lui tati să vorbească acum”, „Acesta este momentul să-ți folosești vocea liniștită.”

Scenariul de succes necesită ca adultul să se poziționeze ca un dator de semnale pentru copil. Din nou, începem cu elementele de bază: colectăm mai întâi copilul pentru a putea lucra din interiorul relației. Se aseamănă foarte mult cu gâscă-mamă cu gâsari; aducerea descendenților la rând înainte de a aduce comportamentul la rând. Odată ce un copil ne urmărește, suntem liberi să luăm conducerea. Desigur, capacitatea noastră de a prescrie comportamentul unui copil va fi la fel de bună ca și atașamentul copilului față de noi. Nu trebuie să fie deosebit de profund sau vulnerabil, doar suficient de puternic pentru a evoca instinctele de a imita și de a imita.

Pentru o regie de succes, indiciile pentru ce să faci și cum să fii trebuie să fie date în moduri pe care copilul le poate urmări. Nu funcționează să dai instrucțiuni negative, deoarece asta nu îi spune de fapt copilului ce să facă. De fapt, pentru cei imaturi și sever blocați, tot ceea ce înregistrează este adesea partea de acțiune a comenzii! „Nu” este adesea șters din conștientizare, ceea ce duce la comportamentul opus a ceea ce s-a dorit. Accentul nostru trebuie să fie deturnat de la comportamentul care provoacă probleme și să ne concentrăm asupra acțiunilor care sunt de dorit. Modelarea comportamentului pe care vrei să-l urmeze copilul este și mai eficientă. La fel ca un regizor care lucrează cu actori sau un coregraf cu dansatori, rezultatul final este creat mai întâi în mintea adultului.

Un exemplu de scriptare pentru a obține comportamentul dorit – unul despre care suntem mult mai probabil să fim intuitivi – este să înveți un copil să schieze. În acest caz, suntem destul de conștienți de faptul că este inutil să-i spunem unui copil: „Fă-ți echilibrul”, „Nu cazi”, „Încetește”, „Schia în control”, „Fă-ți virajul. ” Acestea vor fi rezultatele unui comportament corect scris, dar nu pot fi ceea ce cerem noi, cel puțin nu până când copilul nu învață să schieze. În

schimb, i-am putea arăta unui copil cum să facă o pană de pizza cu schiurile lui și apoi să trecem la a oferi indicii pe care copilul le poate urma, cum ar fi „Fă o pizza”, „Coboară pe dreapta”, „Atinge-ți genunchii” și curând. Rezultatul final va fi echilibru, pauze și întoarceri. Se pare că schiorul începător știe să schieze; în realitate copilul urmărește doar indiciile până când acțiunile devin înrădăcinate și, în cele din urmă, se autogenerează. Spre deosebire de schi, în interacțiunea umană nu dobândim capacitatea de a genera din interior acțiuni și răspunsuri adecvate până la maturitate.

Când vine vorba de comportamentul social, nu trebuie să ne concentrăm pe relațiile dintre copii. Acest proces de regie este unul al copilului care îl urmărește pe adult. Scenariul nu este conceput pentru a învăța un copil abilități sociale - în general un exercițiu inutil - ci pentru a orchestra interacțiunea socială până la maturizarea și socializarea autentică. De aceea, accentul nu se pune pe relația dintre copii, ci pe urmărirea indiciilor adultului.

Următoarea poveste mi-a fost spusă de un prieten apropiat a cărui muncă presupunea supravegherea profesorilor. Acest incident s-a întâmplat când ea a observat o profesoară de clasa a doua care avea o reputație remarcabilă pentru modurile ei inspiratoare cu elevii. Un student cu nevoi speciale ceruse să părăsească camera pentru a merge la baie. La reintrarea în clasă, el a exclamat că de data aceasta a reușit să o facă singur. Nu știa că pantalonii și lenjeria îi erau încă la glezne. Ce s-a întâmplat în continuare a fost uimitor. În loc de râsul rușinos la care s-ar aștepta cu o astfel de ocazie, acești studenți s-au învârtit să se uite la profesorul lor. Ea a aplaudat apreciativ și toți elevii au urmat exemplul.

Interacțiunea a fost minunat de civilizată și uimitor de grațioasă. Pentru a simți vulnerabilitatea altuia și pentru a-l proteja, necesită atât maturitate, cât și abilitate. Maturitatea și priceperea au fost însă în profesor, nu în elevi. În cazul lor, ceea ce părea a fi competență socială era pur și simplu urmărirea unor indicii. Răspunsul nu a fost în relațiile dintre elevi, ci în relația fiecărui elev cu profesorul său.

Ființele imature nu ar trebui lăsate la voia lor în interacțiunea socială.

Pot fi scrise mai multe tipuri de comportament: corectitudine, ajutor, împărtășire, cooperare, conversație, blândețe, considerație, înțelegere. Deși a face copiii să acționeze maturi nu îi va face mai maturi, îi va ține departe de necazuri până când impedimentele care stau la baza maturizării vor fi abordate și maturitatea le va ajunge din urmă. Ajutându-i pe copii să nu se întâmple prin scripturi, protejează atașamentul și funcționează în ambele sensuri — ajutându-i atașamentul față de noi și atașamentul nostru față de ei.

Când nu puteți schimba copilul, încercați să schimbați lumea copilului

Cu cât copiii au mai puține nevoie de disciplină, cu atât mai eficientă va fi orice metodă. Aversul este de asemenea adevărat: cu cât un copil are mai multă nevoie de disciplină, cu atât tehnicile de disciplinare predate în mod obișnuit vor fi mai puțin eficiente.

Ceea ce face orice copil dificil de disciplinat este absența factorilor care stau la baza principiilor noastre naturale de impunere a ordinii comportamentului. Este dificil să disciplinați un copil care nu este ușor indus să ia în considerare gândurile și sentimentele care ar ține în frâu impulsurile tulburătoare, care nu poate fi determinat să-și formeze intenții bune, este incapabil să simtă inutilitatea unui curs de acțiune și lipsește motivația de a fi bun pentru cei de la conducere. Cu astfel de copii, ispita pentru noi este să devenim mai grei. Din păcate, adăugarea de forță se întoarce de obicei din aceleași motive pentru care acest copil este mai greu de disciplinat în primul rând: constrângerea provoacă contravoință, pedeapsa provoacă răzbunare, țipetele duce la renunțare, sancțiunile evocă agresivitate, time-out-urile duc la detașare emoțională. Când încercările rezonabile de a disciplina nu funcționează, răspunsul nu este să disciplinezi mai greu, ci să disciplinezi diferit.

Având în vedere că tehnicile coercitive sunt în cele din urmă auto-înfrângere, ajungem acum la ultimul, dar deloc cel mai puțin

important instrument din trusa de instrumente a tehnicilor de disciplină naturală: impunerea ordinii în mediul copilului. Intenția aici nu este de a schimba sau extirpa comportamentul „rău”, ci de a modifica experiențele care dau naștere comportamentului. În loc să încercăm să schimbăm copilul în aceste cazuri, ar fi mai fructuos, dacă putem, să modificăm situațiile și circumstanțele care declanșează comportamentul problemă.

Această abordare a disciplinei necesită trei lucruri ale părintelui: (1) capacitatea de a simți inutilitatea altor moduri disciplinare și de a renunța la ceea ce nu funcționează, (2) percepție despre factorii din mediul copilului care declanșează comportamentul supărător, și (3) o anumită capacitate de a schimba sau controla acești factori adversi. Este nevoie de un părinte cu adevărat adaptabil pentru a simți inutilitatea comportamentului și pentru a înceta să bată împotriva a ceea ce părintele nu poate schimba: în acest caz, comportamentul impulsiv al copilului. Este nevoie de un părinte înțelept să se concentreze la ceea ce reacționează copilul: circumstanțele și situațiile din jurul copilului. Cu alte cuvinte, un părinte trebuie mai întâi să renunțe la încercarea de a schimba copilul.

Perspicacitatea este cheia. Trebuie să treci de comportamentul problematic pentru a vedea la ce reacționează copilul. Modul în care vedem problema va determina în cele din urmă ce facem în privința ei. Dacă ceea ce percepem este că un copil este voinic, suntem înclinați să ne concentrăm îndeaproape pe încercarea de a-și remedia comportamentul, ceea ce ne place și ne supărăm. Dacă, în schimb, am recunoaște că un copil pur și simplu se lasă purtat de impulsurile lui, am fi mai predispuși să modificăm situația care a evocat acele impulsuri în primul rând. Dacă tot ceea ce vedem este că un copil face o furie sau lovește pe cineva, probabil că ne concentrăm asupra agresiunii. Dacă, pe de altă parte, am recunoaște că un copil este incapabil să facă față frustrării pe care o trăiește, am încerca să schimbăm circumstanțele care îl frustrează. Dacă ceea ce vedem este un copil care sfidează cererile noastre de a sta în camera lui la culcare, am putea trata acest lucru ca pe un caz de

neascultare. Dar dacă percepem, în schimb, un copil mic depășit de fricile de despărțire sau de întuneric, am face tot ce am putea pentru a face ora de culcare mai puțin amenințătoare. Dacă vedem un copil rezistând să facă ceea ce i se spune, vrem să eliminăm neconformitatea. Dacă, în schimb, vedem că butoanele de contravoință ale unui copil sunt împinse de presiunea pe care o simte, am reduce presiunea pe care o aplicăm. Ne-am putea confrunta cu un copil cu privire la manierele sale „rele" dacă îl vedem pur și simplu ca fiind nepoliticos cu un adult, refuzând să comunice. Dacă am recunoaște că doar timiditatea inerentă a copilului îl împiedică să interacționeze cu oameni pe care nu îi cunoaște, am face tot ce am putea pentru a-l liniști. Dacă vedem un copil ca pe un mincinos, probabil că ne confruntăm cu neadevărurile lui într-o manieră judecată și severă; dacă am avea înțelepciunea să știm că un copil ascunde adevărul doar pentru că este prea nesigur în dragostea noastră pentru a ne risca mânia sau dezamăgirea, am face tot ce ne stă în putere pentru a-i restabili sentimentul de siguranță absolută. „Cine singur are motive întemeiate să-și mintă calea de a ieși din realitate?" a scris Friedrich Nietzsche. „Cel care suferă de asta."

În toate aceste situații, intervenția noastră va fi atât de eficientă pe cât de bună este înțelegerea noastră. Dar atunci când mediul copilului îi afectează comportamentul și acel comportament este în afara controlului ei și al nostru, are sens să ne schimbăm atenția de la comportamentul copilului la ceea ce îl provoacă.

Dar dacă modificăm continuu situația copilului pentru a reduce frustrarea sau presiunea pe care o experimentează, nu riscăm să subminăm adaptarea copilului la lumea ei? Nu promovăm o dependență nesănătoasă de noi? Este foarte adevărat. În practica mea de consultanță cu părinții, întâlnesc mulți părinți sensibili și grijulii care interferează fără să vrea în adaptarea copilului lor, folosind această abordare până la extrem. Nu ar trebui să fie folosit niciodată cu excluderea altor metode de disciplină, cum ar fi atragerea sentimentelor de inutilitate atunci când se confruntă cu lucruri care nu pot sau nu ar trebui schimbate. Nu trebuie să eșuăm

niciodată să ajutăm un copil să treacă de la frustrare la inutilitate, ori de câte ori este posibil, să cultive sentimente amestecate sau să solicite bune intenții. Dacă suntem capabili să încurajăm o schimbare pozitivă în copil, nu ar trebui să încercăm în schimb să schimbăm lumea copilului.

Revenim pe scurt la subiectul structurii, pe care l-am atins în ultimul capitol. Utilizarea structurii și a rutinei este o modalitate puternică de a impune ordinea în lumea unui copil și, prin urmare, asupra comportamentului copilului. Cu cât un copil este mai puțin receptiv la alte moduri de disciplină, cu atât mai mult trebuie să compensăm prin structurarea vieții copilului. Structurile creează mediul copilului într-un mod previzibil, impunând un ritual și o rutină necesare. Aceasta a fost una dintre funcțiile tradiționale ale culturii, dar pe măsură ce obiceiurile și tradițiile sunt erodate, viața devine mai puțin structurată, mai haotică. Într-o astfel de atmosferă, copiii care sunt imaturi din punct de vedere al dezvoltării devin dezlipiți. Părinții reacționează devenind mai prescriptivi și coercitivi. Combinația este dezastruoasă.

Trebuie create structuri pentru mese și pentru orele de culcare, pentru despărțiri și pentru reuniuni, pentru igienă și pentru a pune lucrurile deoparte, pentru interacțiunea și apropierea familiei, pentru exersare și pentru teme, pentru joc emergent, autodirigit și pentru singurătate creativă. Structurile bune nu atrag atenția asupra lor sau asupra agendei de bază și reduc la minimum șefia și constrângerea. Structurile bune nu sunt doar restricții, ci și creative. De exemplu, o rutină foarte importantă este să aveți un timp și un loc pentru a citi unui copil. Scopul principal al acestei structuri este de a crea oportunități de apropiere și conexiune unu-la-unu și, de asemenea, de a-l implica pe copil în literatura bună, fără a folosi constrângerea.

Cu cât un copil este mai blocat, cu atât structurile sunt mai importante. Structurile oferă familiaritate, ceva la care copiii blocați îl tânjesc instinctiv. Ei creează obiceiuri bune. Cel mai important,

structurile scad nevoia de șef și constrângere din partea adulților, prevenind conflictele inutile.

În acest capitol am evitat metodele care ar împinge copilul departe de noi. Părinții din vremuri ar fi putut scăpa de astfel de tehnici, dar dacă au făcut-o, a fost doar pentru că nu aveau niciun motiv să se teamă de atașamentele concurente cu care se confruntă părinții de astăzi. Nu a existat o orientare la egal la egal pentru a atrage copiii în afara cercului familiei. Astăzi nu avem altă alegere rezonabilă decât să folosim o disciplină care să ne păstreze legătura cu copilul și să promoveze maturizarea. Maturarea – soluția supremă pentru problemele de disciplină – nu poate fi obținută peste noapte, dar răbdarea noastră va fi bine răsplătită. Și chiar și pe termen scurt noi, părinții, cu siguranță avem destule cu care să ne descurcăm fără a ne provoca copiii.

„1-2-3 Magic” este o metodă populară „Tree strikes, you’re out” pentru copii mici și copii mici, dintr-o carte best-seller cu acest nume.

PART FIVE

PREVENTING PEER ORIENTATION

17 NU TRIBUIA CONCURENȚA

TREBUIE TREBUIE să încetăm să amenajăm semenii copiilor noștri să ne înlocuiască – ținând cont, desigur, că inamicul nu sunt colegii copiilor noștri, ci orientarea către egali.

Am fost primiți de orientarea semenilor, la fel cum oamenii antici din Troia au fost păcăliți de Calul Troian. Percepând acest cal mare de lemn ca fiind un dar de la zei, troienii l-au adus în interiorul zidurilor orașului lor și au pregătit scena pentru distrugerea lor. În același mod, părinții și profesorii de astăzi văd interacțiunea timpurie și extinsă între egali într-o lumină pozitivă. Îl încurajăm, neștiind riscurile care apar atunci când o astfel de interacțiune are loc fără conducerea și contribuția adulților. Nu reușim să facem distincția între relațiile cu semeni formate sub îndrumarea conștientă și benignă a adulților și contactele cu semeni care apar în golurile de atașament. Fără să vrea, încurajăm orientarea către colegi pentru a sabota atașamentele copiilor noștri față de noi. Dacă troienii ar fi putut să-și vadă dușmanii greci ascunzându-se în acel instrument înșelător, nu ar fi fost păcăliți. Asta este problema noastră astăzi. Calul troian al orientării către egali este perceput mai degrabă ca un dar decât ca amenințarea.

Eșecul nostru de a prevedea efectele negative este de înțeles, deoarece fructele timpurii sunt atrăgătoare și ispititoare. La prima vedere, copiii orientați spre colegi par să fie mai independenți, mai puțin lipicioși, mai educabili, mai sociabili și mai sofisticați. Nu e de mirare că suntem absorbiți, având în vedere lipsa noastră de conștientizare a mecanismelor implicate și a costurilor de urmat pe termen lung. Cum, atunci, să eviți capcana?

NU LĂSAȚI PĂCELIT DE PRIMELE FRUCTE ALE ORIENTĂRII PEER

Pentru mulți adulți, capacitatea copiilor de a se petrece împreună și de a se distra unii pe alții se simte ca o emancipare. Semenii par a fi cele mai bune babysitter ale unui copil. Mai ales că părinții nu se mai pot baza pe bunici, familia extinsă și comunitatea din jurul nostru pentru a împărtăși sarcinile de îngrijire a copilului, colegii pot părea o mană cerească, dând o pauză părinților și profesorilor obosiți și uzați. Câți dintre noi nu ne-am simțit recunoscători atunci când invitația prietenului copilului nostru ne-a eliberat pentru o zi de relaxare de weekend sau ne-a oferit timp și spațiu atât de necesar pentru a lucra la proiectele necesare? Copiii par fericiți și volumul nostru de muncă este ușor. Puțin ne putem imagina cât de mult timp, energie, costuri și educație parentală de remediere vor avea nevoie de aceste experiențe în anii următori, dacă orientarea de la egal la egal va avea loc.

În comparație cu copiii orientați spre adulți, copiii orientați spre egali sunt mai puțin nevoiași și mai maturi. Copiii orientați spre colegi nu ne mai pun presiune pentru a face lucruri împreună, pentru a fi implicați în viața lor, pentru a le asculta preocupările, pentru a-i ajuta cu problemele lor. Având în vedere premiul mare pe care societatea noastră o acordăm independenței – a noastră și a copiilor noștri – orientarea către colegi arată bine. Uităm că creșterea necesită timp. În cultura noastră postindustrială ne grăbim prea mult pentru orice. Probabil că nu am fi absorbiți de impresii false dacă nu am fi atât de nerăbdători ca copiii noștri să crească.

Acești copii sunt capabili să ne lase mai devreme doar pentru că se țin unul de celălalt. Pe termen lung, este mai probabil să rămână blocați în imaturitatea psihologică. Ei sunt mult mai puțin probabil să gândească singuri, să-și traseze propriul curs, să ia propriile decizii, să-și găsească propriile semnificații și să fie propriile lor persoane.

Faptul că, cel puțin inițial, copiii orientați spre egali tind să fie și mai școlii ne ajută să ne liniștească. Costul acestei impresii greșite,

pierderea capacității de predare, a fost discutat în capitolul 13. Orientarea către colegi poate face temporar un copil mai prietenos cu școala, datorită efectelor separării asupra învățării. Școala scoate copiii din casă, separând copiii orientați către părinți de adulții de care sunt atașați. Pentru astfel de copii anxietatea de separare va fi intensa si sentimentul de dezorientare la scoala va fi acut. Mulți dintre noi sunt capabili să-și amintească de primele zile într-o nouă situație școlară - constrângerea stomacului, senzația de pierdere și confuzie, scanarea disperată după cineva sau ceva familiar. Pentru copiii mici, această dezorientare este adesea insuportabilă, iar anxietatea crescută pe care o provoacă interferează cu învățarea. Anxietatea ne amuză, scăzând I.Q-ul nostru funcțional. A fi alarmați ne afectează capacitatea de a ne concentra și de a ne aminti. Anxietatea face dificilă citirea indiciilor și urmărirea instrucțiunilor. Un copil pur și simplu nu poate învăța bine când se simte pierdut și alarmat.

Copiii deja orientați spre egali până la intrarea la școală nu se confruntă cu o astfel de dilemă. În primele zile de școală la grădiniță, un copil orientat spre colegi ar părea mai inteligent, mai încrezător și mai capabil să beneficieze de experiența școlară. Copilul orientat către părinți, afectat de anxietatea de separare, ar părea, dimpotrivă, a fi mai puțin abil și capabil – cel puțin până când va putea forma un atașament bun cu un profesor. Copiii orientați spre egali au toate avantajele în situații care sunt săraci pentru adulți și bogați. Deoarece semenii sunt numeroși și ușor de observat, copilul nu trebuie să se simtă niciodată pierdut sau fără indicii de urmat. Astfel, pe termen scurt, orientarea către egali pare a fi o mană cerească. Și este, fără îndoială, această dinamică pe care cercetarea se folosește atunci când descoperă beneficiile educației timpurii.

Pe termen lung, bineînțeles, efectele pozitive asupra învățării de reducere a anxietății și dezorientării vor fi treptat anulate de efectele negative ale orientării către colegi. Astfel, urmează dovezile cercetării că avantajele timpurii ale educației preșcolare nu sunt sustenabile în timp. Copiii orientați către colegi merg la școală

pentru a fi cu prietenii lor, nu pentru a învăța. Dacă nici acești prieteni nu sunt interesați de învățare, performanța academică va scădea. Când copiii merg la școală pentru a fi unul cu altul, ei sunt pregătiți doar să învețe suficient pentru a nu ieși în evidență, pentru a rămâne alături de cei de vârsta lor. În afară de asta, învățarea este irelevantă și poate fi chiar o problemă pentru relațiile între semeni.

Anxietatea revine, de asemenea, la bântuirea cursanților orientați spre colegi. Deoarece atașamentele de la egal la egal sunt în mod inerent nesigure, anxietatea devine adesea o afecțiune cronică. Copiii orientați spre egali sunt printre cei mai agitați, perpetuu neliniștiți și alarmați cronic. Când sunteți în preajma unor grupuri de copii orientați spre colegi, aproape că puteți simți hiperness în aer. Amorțiți de sentimentele vulnerabile de anxietate, copiii orientați spre egali rămân doar cu aspectele sale fiziologice: agitație și neliniște. Fie că este simțit în mod conștient sau nu, a fi alarmat incapacită învățarea. Orientarea către colegi poate crește inițial performanța, dar în cele din urmă sabotează rezultatele academice. Pe măsură ce atașamentul copilului față de semenii săi se intensifică, decalajul dintre inteligența lui și realizările sale va crește. Însăși condiția care creează de obicei un avans va împiedica în cele din urmă acești copii.

Interesant este că elevii de acasă sunt acum candidații favorizați ai unor universități de renume. Potrivit lui Jon Reider, oficial de admitere la Universitatea Stanford din California, ei sunt solicitanți dezirabili pentru că „educatorii la domiciliu aduc anumite abilități – motivație, curiozitate, capacitatea de a fi responsabil pentru educația lor – pe care liceele nu le induc prea bine.” Cuvinte, copiii preșcolari pot avea cel mai bun avans, dar copiii educați acasă au cel mai bun rezultat, deoarece în sistemul nostru educațional am neglijat rolul crucial al atașamentului.

Grădinița nu este problema principală, iar școala acasă nu este răspunsul final. Factorul cheie este dinamica atasamentului. Supunerea copiilor la experiențe care fac un copil dependent de semeni nu funcționează. Trebuie să întemeiem experiența de școlarizare a copiilor în atașamentele adulților.

TIMIREA NU ESTE PROBLEMA CARE CARE NOI CARE ESTE

De obicei ne gândim la timiditate ca la o calitate negativă, ceva pe care am dori ca copiii să-l depășească. Cu toate acestea, din punct de vedere al dezvoltării, chiar și acest aparent handicap are o funcție utilă. Timiditatea este o forță de atașament, menită să închidă copilul din punct de vedere social, descurajând orice interacțiune cu cei din afara legăturii ei de conexiuni sigure.

Copilul timid este timid în preajma oamenilor de care nu este atașat. Este de așteptat ca copiii orientați spre adulți să fie adesea naivi din punct de vedere social și incomozi în preajma colegilor lor, cel puțin în clasele anterioare. Copiii orientați spre egali, dimpotrivă, par a avea succes social. Acesta este punctul lor forte. Ei ar trebui să știe ce este cool și ce nu, ce să poarte și cum să vorbească - își aplică cea mai mare parte a inteligenței pentru a citi unul de la celălalt indicii despre cum să fie și cum să acționeze.

O mare parte din sociabilitatea copiilor orientați spre egali este rezultatul unei pierderi a timidității. Când colegii înlocuiesc adulții, timiditatea este inversată. Copilul devine timid cu adulții, dar gregar în compania semenilor. Vedem copilul din jurul semenilor ei ieșind din carapacea ei, găsindu-și limba, prezentându-se mai încrezătoare. Schimbarea personalității este impresionantă și suntem apți să acordăm credit interacțiunii între semeni. Cu siguranță, ne spunem, un astfel de rezultat extrem de dorit nu ar putea emana din ceva problematic! Cu toate acestea, adevărata integrare socială și abilitatea socială reală - grija față de ceilalți și luarea în considerare a sentimentelor oamenilor pe care nu îi cunosc - nu vor fi, pe termen lung, atributele copilului orientat spre egali.

Copiii orientați spre adulți își pierd mult mai încet timiditatea în fața semenilor lor. Ceea ce ar trebui să tempereze în cele din urmă această timiditate nu este orientarea către semeni, ci maturitatea psihologică care generează un sentiment puternic de sine și capacitatea de a avea sentimente amestecate. Cel mai bun mod de a face față timidității este de a promova relații calde cu adulții care îl îngrijesc și îl învață pe copil. Având în vedere atașamentul, nu ar

trebui să ne preocupe atât de mult timiditatea, ci lipsa de timiditate a multor copii de astăzi.

STRESSUL ÎNGRIGĂRII DE ZI ÎN ABSENTĂ DE ATASAMENT

Situația actuală a grădiniței ilustrează modul în care, fără să vrea, curtam concurența. Milioane de copii din întreaga lume petrec astăzi o parte, dacă nu cea mai mare parte, din orele lor de veghe în îngrijirea în afara casei. Potrivit statisticilor recente, majoritatea mamelor care lucrează din Statele Unite se întorc la muncă înainte de ziua de naștere a copilului. Îngrijirea de zi, în special modul în care este abordată în America, este o afacere riscantă. Copiii consideră îngrijirea de zi stresantă, după cum au arătat studii recente. Nivelul de cortizol al hormonului stresului este mai mare la copii la grădiniță decât acasă. Efectele stresante ale îngrijirii de zi cresc odată cu timiditatea copilului. După cum am văzut, timiditatea reflectă o lipsă de conexiune emoțională. Un copil nu ar părea la fel de timid dacă s-ar simți ca acasă cu îngrijitorul responsabil. În absența unei conexiuni calde, ea se confruntă cu dublul stres al separării de părinte și al cărora i se impun oameni pe care instinctul ei natural este să îi respingă.

O altă linie de cercetare a arătat că, cu cât preșcolarii petrec mai mult timp unii cu alții, cu atât mai mult sunt influențați de semenii lor. Această influență este măsurabilă într-o perioadă de doar câteva luni. Băieții sunt mult mai susceptibili de a deveni orientați către colegi decât fetele, o constatare în concordanță cu observația că atașamentele băieților față de părinții lor sunt adesea mai puțin dezvoltate. Astfel, ei sunt mai predispuși să-și înlocuiască părinții cu semenii lor. Cea mai semnificativă este constatarea că, cu cât băieții se identifică mai mult cu semenii lor, cu atât sunt mai rezistenți la contactul cu adulții responsabili.

Nu numai că semințele orientării la egal la egal sunt semănate în grădiniță și în grădiniță, dar fructul este deja în evidență până în al cincilea an de viață. Unul dintre cele mai mari studii făcute vreodată pe acest subiect a urmărit peste o mie de copii de la naștere până la grădiniță. Cu cât un copil a petrecut mai mult timp în grădiniță, cu

atât era mai probabil ca ea să manifeste agresivitate și nesupunere, atât acasă, cât și la grădiniță. După cum sa discutat în capitolele anterioare, agresivitatea și neascultarea sunt moștenirea orientării către egali.

Cu cât au fost mai mult la grădiniță, cu atât acești copii au manifestat mai mult contravoință, așa cum se arată prin ceartă, furiș, răspunsul personalului și eșecul în a accepta direcția. Frustrarea lor crescută a fost indicată de crize de furie, lupte, loviri, cruzime față de ceilalți și distrugerea propriilor lucruri. Acești copii erau, de asemenea, mai disperați în comportamentul lor de atașament: dăruiți să se laudească, să se laude, să vorbească neîncetat și să se străduiască pentru atenție, așa cum ne-am aștepta atunci când atașamentele nu funcționează.

Orientarea către semeni nu este singura cauză a atașamentelor perturbate, dar în lumea copiilor noștri este cea mai importantă. Privite prin prisma atașamentului, concluziile celor trei linii de cercetare nu ar putea fi mai clare în ceea ce privește riscul ca tinerii noștri să devină orientați spre egali în grădinițele noastre și în grădinițele noastre. Cea mai evidentă soluție ar fi să-i ții acasă, în special pe cei mai timizi și vulnerabili, până când vor fi suficient de maturi pentru a face față stresului separării de părinți. Ca răspuns la aceste constatări ale cercetării, o serie de experți, inclusiv Stanley Greenspan și Eleanor Maccoby, au sfătuit părinții să facă exact asta, dacă au resursele financiare necesare. În timp ce acest sfat are sens în lumina datelor, ratează ideea. Copiii nu trebuie să fie acasă, dar cu siguranță trebuie să se simtă ca acasă cu cei care sunt responsabili pentru ei. Acasă este o chestiune de atașament și atașamentul este ceva ce putem crea. A fi înrudit nu este problema în îngrijirea copilului; a fi conectat cu siguranță este.

Timiditatea unui copil într-un anumit cadru ar trebui să fie un semn pentru noi că nu este încă prezent contextul în care acel copil este gata să fie îngrijit. Creăm acel context conectându-ne cu el. Găsesc asta adevărat, chiar și cu propriii mei nepoți. Provocarea mea este mai întâi să le adun. Odată ce am, timiditatea se topește și ei devin receptivi la bunicii mei.

Grădinița și grădinița nu trebuie să fie riscante, dar pentru a reduce riscul, trebuie să fim conștienți de atașament. Adulții implicați trebuie să fie dispuși să creeze un context de conexiune cu copiii noștri. Între timp, există lucruri pe care le putem face ca părinți, atât în selectarea setărilor în care sunt implicați copiii noștri, cât și în promovarea conexiunilor între copiii noștri și adulții responsabili ori de câte ori este posibil. Da, o soluție poate fi să ținem copiii acasă până când ne pot ține emoțional aproape chiar și atunci când sunt departe fizic de noi – sau până când sunt suficient de maturi pentru a funcționa independent, în afară de atașamente. Cealaltă soluție este ca aceștia să se atașeze de îngrijitorii și profesorii lor. Acest lucru îi va proteja pe copiii noștri (și pe acești adulți) de a fi stresați și ne va împiedica să fim înlocuiți prematur. Mai multe despre cum putem face acest lucru vor urma în următorul și ultimul capitol.

ÎNȚELECȚIA CU ALȚII NU DEVARE DIN CONTACTUL CU PEERUL

„Când fiul meu avea trei ani, am simțit că este foarte important să-l înscriu în grupuri și în circumstanțe în care ar putea fi cu alți copii”, își amintește un tată. „Cu cât avea mai puțin succes în a-și face prieteni, cu atât am devenit mai frenetic să-i încurajez interacțiunile cu alți copii, să creez situații în care să aibă ocazia să se joace cu semenii săi și să formez relații cu ei.” Mulți părinți se confruntă cu o dorință similară de a-și introduce copiii devreme în lumea semenilor. Chiar și acei părinți ale căror instincte sunt de a-și ține copiii mai mult înainte de a-i expune influențelor de la egal la egal se pot simți sub o presiune uriașă din partea familiei sau a prietenilor sau a profesioniștilor în educație pentru a „slăbi sforile șorțului”.

Convingerea este aproape universală că copiii trebuie să fie expuși la interacțiunea cu semenii devreme, astfel încât să învețe să se înțeleagă între ei și să se potrivească. Mulți părinți caută grupuri de joacă pentru copiii lor mici. Până la vârsta preșcolară, aranjarea contactelor cu colegii pentru copiii noștri a devenit adesea o obsesie. „A învăța cum să fii prieten este mai important decât orice.

Este esențial să învățați acest lucru înainte de începerea școlii", tipifică comentariile pe care le-am auzit de la mulți părinți de preșcolari. „Ca părinți, trebuie să ne forțăm copiii să socializeze", a afirmat tatăl unui copil de patru ani. „Fără grădiniță, fiul nostru nu s-ar amesteca cu alți copii suficient pentru a învăța cum să se înțeleagă cu oamenii." Un educator pentru copilărie m-a informat că „întreaga bază a preșcolarului este de a ajuta copiii să învețe abilități sociale. Dacă copiii nu au prieteni până când vor intra la grădiniță, vor avea tot felul de probleme mai târziu, nu numai din punct de vedere social, ci și cu respectul de sine și învățarea." Cu cât copiii sunt mai puțin capabili să se înțeleagă și să se potrivească, cu atât este mai probabil ca interacțiunea cu semenii lor să fie prescrisă pentru a rezolva problema. De obicei, în societatea noastră, părinții și profesorii fac tot posibilul pentru a le permite copiilor și elevilor să socializeze între ei.

Convingerea este că socializarea – copiii petrecând timp unii cu alții – naște socializare: capacitatea de a relaționa abil și matur cu alte ființe umane. Nu există dovezi care să susțină o astfel de presupunere, în ciuda popularității sale. Dacă socializarea cu semenii a dus la înțelegerea și la a deveni membri responsabili ai societății, cu cât un copil a petrecut mai mult timp cu semenii săi, cu atât relaționarea ar tinde să fie mai bună. De fapt, cu cât copiii petrec mai mult timp unii cu alții, cu atât sunt mai puține șanse să se înțeleagă și cu atât mai puține șanse să se încadreze în societatea civilă. Dacă ducem ipoteza socializării la extrem – la copiii din orfelinat, copiii străzii, copiii implicați în bande – defectul în gândire devine evident. Dacă socializarea ar fi cheia socializării, membrii bandei și copiii străzii ar fi cetățeni model.

Dr. Urie Bronfenbrenner și echipa sa de cercetători de la Universitatea Cornell din Ithaca, New York, au comparat copiii care gravitau spre colegii lor în timpul liber cu copiii care gravitau către părinții lor. Printre acești elevi de clasa a șasea, copiii care preferau să petreacă timpul cu părinții lor au demonstrat mult mai multe caracteristici ale sociabilității pozitive. Copiii care petrec cel mai mult timp unul cu altul sunt cei mai predispuși să aibă probleme.

Asemenea constatări nu sunt surprinzătoare. Ele sunt doar ceea ce ne putem aștepta odată ce înțelegem ordinea naturală a dezvoltării umane. Atașamentul și individuarea sunt necesare pentru maturizare, iar maturizarea este necesară pentru o socializare autentică. Integrarea socială înseamnă mult mai mult decât simpla integrare sau înțelegere; adevărata integrare socială necesită nu numai o amestecare cu ceilalți, ci și o amestecare fără a-și pierde separatitatea sau identitatea.

Desigur, socializarea joacă un rol în a face un copil capabil de o adevărată integrare socială, dar doar ca o notă finală. Copilul trebuie să fie capabil să se țină de sine atunci când interacționează cu ceilalți și să-i perceapă pe ceilalți ca ființe separate. Aceasta nu este o sarcină ușoară, chiar și pentru adulți. Când un copil își cunoaște propria minte și prețuiește separarea minții altuia, atunci – și numai atunci – este gata să se țină de sentimentul său de sine, respectându-l în același timp pe cel al celeilalte persoane. Odată ce această etapă de dezvoltare este atinsă, interacțiunea socială va perfecționa individualitatea copilului și, de asemenea, va perfecționa abilitățile sale de relație.

Adevărata provocare este să îi ajutăm pe copii să crească până la punctul în care pot beneficia de experiențele lor de socializare. Este necesară foarte puțină socializare pentru a rafina materia primă odată ce aceasta este în starea de pregătire. Este materia primă care este prețioasă și rară - o individualitate suficient de robustă pentru a supraviețui presiunilor de măcinare ale interacțiunii între semeni. Amestecarea fără discernământ și prematur, fără ca adulții să fie implicați ca figuri primare de atașament, va duce fie la conflicte, deoarece fiecare copil caută să-l domine pe celălalt sau trebuie să reziste să fie dominat, fie la clonare, deoarece copilul își suprimă sentimentul de sine pentru de dragul acceptării de către alții. „Ne-am gândit că jocul cu alți copii era foarte important pentru băieții noștri când erau foarte mici”, spune Robert, tatăl a doi fii, acum ambii adolescenți. „Frankie, cel mai mare al nostru, și-a înnebunit colegii de joacă cu cerințele lui ca fiecare joc să fie făcut în felul lui. Făcea crize de furie dacă nu i-au urmat exemplul – a devenit dificil,

în cele din urmă, să-i aranjeze întâlniri de joc. Cel mai tânăr, Rickie, a devenit un adept. El a copiat tot ce au inițiat alți copii. Nu a învățat niciodată să fie lider sau chiar să joace singur."

Îmi pot imagina că în acest moment mulți cititori se întreabă: „Dar ce este importanța de a învăța cum să ne înțelegem?" Nu contest avantajele înțelegerii; ceea ce spun este că, dacă o facem prioritară, punem căruța înaintea calului. Punând înțelesul în fruntea agendei pentru ființele imature, le împingem într-adevăr în modele de conformare, imitație și conformare. Dacă nevoile de atașament ale copilului sunt puternice și direcționate către semeni, ea se poate diminua pentru a face lucrurile să funcționeze. Își va pierde individualitatea. Mulți dintre noi se confruntă cu un risc similar, chiar și ca adulți, când suntem prea disperați pentru a face lucrurile să funcționeze cu altcineva: ne pierdem cu ceilalți, cedăm mult prea repede, ne dam înapoi de la conflict, evităm orice supărare. Copiii au dificultăți și mai mari să se țină de ei înșiși atunci când interacționează cu ceilalți. Ceea ce este lăudat ca a se înțelege la copii s-ar numi, în viața de adult, compromiterea de sine sau vânzarea în lipsă sau nefiind sincer cu sine.

Dacă am fi cu adevărat în armonie cu planul de dezvoltare, nu am fi atât de preocupați de faptul că copiii se înțeleg unii cu alții. Am acorda o valoare mai mare capacității copiilor de a se ține de ei înșiși atunci când interacționează cu ceilalți. Toată socializarea din lume nu ar putea aduce niciodată un copil în acest punct. Doar o relație viabilă cu adulți care îi îngrijesc poate da naștere la o adevărată independență și individualitate, calități pe care noi toți, ca părinți, le-am dori cel mai mult pentru copiii noștri. Numai în acest context se poate desfășura personalitatea pe deplin dezvoltată, o ființă umană capabilă să se respecte pe sine și să prețuiască personalitatea celorlalți.

NU PRIETENII AU NEVOIE COPIILOR

Dar copiii nu au nevoi sociale? Una dintre cele mai presante preocupări și întrebări ale părinților și educatorilor pe care îi întâlnesc are de-a face cu nevoia percepută a copilului de prieteni.

„Copiii trebuie să aibă prieteni” este poate cel mai frecvent argument pe care îl aud în numele plasării copiilor mici în situații de egalitate.

Însuși conceptul de prietenie este lipsit de sens atunci când este aplicat persoanelor imature. Ca adulți, nu am considera o persoană ca fiind un prieten adevărat decât dacă ne-ar trata cu considerație, ne-ar recunoaște limitele și ne-ar respecta ca indivizi. Un prieten adevărat ne susține dezvoltarea și creșterea, indiferent de modul în care aceasta ar afecta relația. Acest concept de prietenie se bazează pe o bază solidă de respect reciproc și individualitate. Prietenia adevărată nu este posibilă, așadar, până când nu a fost realizat un anumit nivel de maturitate și a fost atinsă o capacitate de integrare socială. Mulți copii nu sunt nici pe departe capabili de astfel de prietenii.

Până când copiii sunt capabili de prietenie adevărată, chiar nu au nevoie de prieteni, ci doar de atașamente. Și singurele atașamente de care are nevoie un copil sunt cele cu familia și cu cei care împărtășesc responsabilitatea față de copil. Ceea ce are cu adevărat nevoie unui copil este să devină capabil de prietenie adevărată, un fruct al maturizării care se dezvoltă doar într-o relație viabilă cu un adult grijuliu. Timpul nostru este petrecut cu mai multă înțelepciune cultivând relații cu adulții din viața copilului nostru decât obsedând relațiile lor unul cu altul.

Desigur, este împlinit de sine că atunci când un copil înlocuiește părinții cu semeni, prietenii devin mai importanți decât familia. Declarăm că acest lucru trebuie să fie normal și apoi facem saltul irațional de a presupune că și acest lucru trebuie să fie natural. Apoi ne străduim să ne asigurăm că copiii noștri au „prieteni”, punând în pericol relațiile cu familia. Semenii îi înlocuiesc pe părinți și mai mult, iar spirala descendentă se perpetuează.

Încă un cuvânt despre prietenie. Din punct de vedere al dezvoltării, copiii au o nevoie mult mai mare de relație cu ei înșiși decât de relații cu semenii. Trebuie să apară o separare între simțul de sine și experiența interioară (vezi capitolul 9). O persoană trebuie să dobândească capacitatea de a reflecta asupra gândurilor și

sentimentelor ei, o capacitate care, din nou, este rodul maturizării. Când cineva are o relație cu ea însăși, îi poate plăcea propria companie, să fie de acord și să nu fie de acord cu ea însăși, să se aprobe și să se dezaprobe pe ea însăși și așa mai departe. Adesea, relațiile cu ceilalți preiau o relație cu sine sau sunt încercări de a umple vidul în care ar trebui să existe o relație solidă cu sine. Când o persoană nu se simte confortabil cu propria companie, este mai probabil să caute compania altora sau să se atașeze de tehnologia de divertisment, cum ar fi televiziunea sau jocurile video. Relațiile orientate către colegi, cum ar fi prea mult vizionarea la televizor, interferează cu dezvoltarea unei relații cu sine. Până când copilul nu manifestă existența unei relații cu el însuși, el nu este pregătit să dezvolte relații autentice cu alți copii. Mult mai bine pentru el să petreacă timpul interacționând cu adulți care îi îngrijesc sau în jocul creativ, pe cont propriu.

SEMENII NU SUNT RĂSPUNSUL LA Plictiseala

În lumea noastră nebună de semeni, semenii au devenit aproape un panaceu pentru orice îl afectează copilul. Ele sunt adesea prezentate ca soluție pentru plictiseală, excentricitate și probleme de stima de sine. Pentru părinții care au un singur copil, colegii pot părea, de asemenea, să funcționeze ca un substitut pentru frați și surori. Și aici căutăm aurul proștilor.

„M-am plictisit” sau „Este plictisitor” sunt refrene prea cunoscute din copilărie. Mulți părinți încearcă să atenueze plictiseala copilului lor facilitând interacțiunea între semeni de un fel sau altul. Soluția poate funcționa temporar, dar exacerbează dinamica subiacentă, la fel cum un bebeluș flămând căruia i se ia o suzetă nu va face decât să devină mai foame, sau un băutor care încearcă să-și înece necazurile în alcool va fi, în cele din urmă, și mai nefericit. Și cel mai rău este că prin folosirea colegilor pentru a calma plictiseala, promovăm orientarea către egali.

Care sunt adevăratele cauze ale plictiselii? Vidul care se simte în plictiseală nu este o lipsă de stimulare sau activitate socială, așa cum se presupune de obicei. Copiii se plictisesc atunci când

instinctele lor de atașament nu sunt suficient de angajate și când sentimentul lor de sine nu apare pentru a umple acest gol. Este ca și cum ai fi în neutru, în așteptare, așteptând ca viața să înceapă. Copiii care sunt capabili să simtă forma acestei găuri au mai multe șanse să vorbească despre sentimente de singurătate, lipsă și separare. Sau, alternativ, cuvintele lor vorbesc despre lipsa apariției: „Nu mă pot gândi la nimic de făcut", „Nimic nu mă interesează acum", „Am rămas fără idei", „Nu mă simt foarte creativ. " Copiii care nu sunt conștienți de acest vid într-un mod vulnerabil se simt afați și deconectați și vorbesc despre plictisit.

Cu alte cuvinte, gaura care este de obicei trăită ca plictiseală este rezultatul unui dublu vid de atașament și de emergență: copilul nu este cu cineva de care să se atașeze și să se simtă confortabil și, pe de altă parte, îi lipsește suficient curiozitate și imaginație de a petrece timpul creativ pe cont propriu. Copilul care, de exemplu, se plictisește în clasă nu este nici investit în a face lucrurile să funcționeze pentru profesor și nici nu este interesat de ceea ce este prezentat. Lipsesc atât atașamentul față de profesor, cât și apariția minunii și a curiozității automotivate. Apărarea psihologică a copilului împotriva vulnerabilității o împiedică să înregistreze acest vid așa cum este, un sentiment de gol în interiorul ei. Ea crede că plictiseala apare în afara ei și este o calitate sau un atribut al situației și circumstanțelor ei. „Școala este atât de plictisitoare" sau „Sunt atât de plictisit, nu am nimic de făcut", când ea este acasă.

În mod ideal, un astfel de gol ajunge să fie umplut cu sinele emergent al copilului: inițiativă, interese, singurătate creativă și joc, idei originale, imaginație, reflecție, impuls independent. Când acest lucru nu se întâmplă, există un impuls urgent de a umple acest vid cu altceva. Plictiseala este ceea ce simte un copil sau un adult care nu este conștient de adevăratele cauze ale golului său. Deoarece golul este resimțit atât de indirect, soluția este în mod corespunzător vagă. În loc să ne uităm la resursele noastre interioare, dorim o soluție din exterior - ceva de mâncat, ceva de care să ne distragem atenția, cineva cu care să ne angajăm. Acesta este de obicei locul în care creierul copilului folosește stimularea sau activitatea socială ca

răspuns. Televiziunea, jocurile electronice sau stimularea exterioară pot acoperi temporar golul, dar nu-l umple niciodată. Imediat ce activitatea de distragere încetează, plictiseala revine.

Această dinamică devine deosebit de acută la începutul adolescenței, mai ales dacă atașamentele față de adulți nu au devenit suficient de profunde și eul emergent este nedezvoltat. Dar indiferent dacă copilul are trei ani sau treisprezece ani, noi, ca părinți, avem tendința de a aduce semenii copilului în acest gol. Putem aranja o întâlnire de joacă pentru cei mai tineri sau îi putem încuraja să-și urmărească colegii. „De ce nu vezi dacă așa și așa poate juca?" spunem. Cu toate acestea, tocmai atunci când copiii se plictisesc, ei sunt și cei mai susceptibili de a forma atașamente care vor concura cu noi. De fapt, spunem: „Ia-ți foamea de atașament față de prietenii tăi și vezi dacă aceștia te pot ajuta" sau „Dacă nu poți îndura sentimentul tău de singurătate, mergi la colegii tăi pentru a obține o soluție de atașament" sau „De ce nu Nu vezi dacă altcineva poate înlocui sentimentul de sine de care se pare că îți lipsește." Dacă am înțelege cu adevărat rădăcinile plictiselii, ar fi un semn pentru noi că copiii noștri nu erau pregătiți să interacționeze cu ceilalți. Cu cât sunt mai predispuși la plictiseală, cu atât au mai multă nevoie de noi și trebuie să apară mai mult din ei înșiși. Cu cât sunt mai plictisiți, cu atât sunt mai puțin pregătiți pentru interacțiunea cu colegii. Pentru un astfel de copil nu ar trebui să o facilităm interacțiunea între semeni, ci conexiuni cu adulții sau timp pentru ea însăși.

Orientarea către egali exacerbează de fapt problema plictiselii. Copiii care sunt serios atașați unul de celălalt experimentează viața ca fiind foarte plictisitoare atunci când nu sunt unul cu celălalt. Mulți copii, după o perioadă în care au stat unul cu celălalt pentru o perioadă lungă de timp, cum ar fi o petrecere în pijama sau o tabără, la întoarcere, vor experimenta o oboseală extraordinară și vor căuta reconectarea imediată cu semenii lor. Prin oprirea procesului de maturizare și declanșarea fuga de vulnerabilitate, orientarea către semeni blochează, de asemenea, apariția eului vital, curios, angajat în copil. Dacă părinții au vreun control asupra

situației, un moment de plictiseală este un timp pentru a ține în frâu copilul și pentru a umple golul de atașament cu cei de care copilul are cu adevărat nevoie să fie atașat – noi înșine.

CÂND ESTE ACEPTABIL CONTACTUL DE LA PEER ȘI CÂT TREBUIE SĂ PERMITEM?

Este posibil, în ciuda declinărilor mele de mai devreme în această carte, ca unii cititori să fi avut impresia că sunt împotriva copiilor care se joacă cu alți copii sau au prieteni, chiar dacă sunt imaturi. Asta cu greu ar fi posibil și ar fi, de asemenea, complet nefiresc. Copiii au avut întotdeauna tovarăși de joacă de vârsta lor, în toate societățile de-a lungul istoriei, dar în majoritatea acelor societăți nu a existat nici un pericol ca contactele între semeni să fie transformate în orientare către egali. Interacțiunile copiilor au avut loc în contextul unor atașamente puternice ale adulților. De asemenea, nu se poate aștepta ca părinții de astăzi să-și izoleze copiii de colegi, dar trebuie să fie conștienți de pericole.

Când și în ce circumstanțe ar trebui să încurajăm sau să permitem copiilor să fie unul lângă altul? Este doar de așteptat ca copiii să fie unul în jurul celuilalt la grădiniță, la grădiniță, la locul de joacă, la școală. Dar dacă ne-am asigura că copiii noștri sunt profund atașați de noi, nu ar trebui să ne temem de ei petrecând timp împreună, deși trebuie să limităm astfel de momente și ar trebui să ne asigurăm că un adult care îl îngrijește este aproape și implicat. Ideea nu este că ar trebui să interzicem complet interacțiunea între semeni, ci că ar trebui să avem așteptări modeste: timpul de joacă cu alți copii este distractiv și atât. După fiecare experiență de joacă ar trebui să ne asigurăm că ne adunăm copiii. Și cu siguranță, atunci când un copil și-a petrecut cea mai mare parte a săptămânii și cea mai mare parte a fiecărei zile în compania colegilor, curtam competiția dacă apoi aranjam întâlniri de joacă pentru după școală și în weekend.

Ce fel de prietenii din copilărie sunt în regulă? Deși, așa cum am explicat, prietenia în adevăratul său sens nu este cuvântul pe care l-aș folosi pentru a descrie majoritatea relațiilor din copilărie, este

firesc ca copiii să-și dorească prieteni. Prieteniile pe care le putem întâmpina pentru copiii noștri sunt cele care nu îi îndepărtează de noi – în mod ideal, vor fi cu alți copii ai căror părinți împărtășesc valorile noastre și recunosc, de asemenea, importanța atașamentelor adulților. Astfel de copii sunt mai puțin probabil să devină concurenții noștri involuntar. Și putem fi activi aici – putem încuraja prietenii copiilor noștri să aibă relații cu noi. Voi spune mai multe despre asta în ultimul capitol.

Și ce fel de joacă? Aș descuraja dependența de tehnologie atunci când vine vorba de joc, deoarece preia originalitatea și creativitatea. Dar nu trebuie să prescriem copiilor noștri cum să se joace – copiii au știut întotdeauna să se joace. Trebuie doar să ne asigurăm că atașamentele lor față de noi sunt suficient de puternice încât sinele lor emergent, curios, motivat și imaginativ să nu fie oprit de orientarea către semeni.

În cele din urmă, așa cum tot subliniez în acest capitol, problema în societatea noastră nu este doar faptul că copiii noștri petrec împreună, ci că de fapt încurajăm contactul extins cu colegii, considerând-o ca răspuns la probleme precum socializarea sau plictiseala sau, după cum voi explica în curând, stima de sine.

SEMENII NU SUNT RĂSPUNSUL LA „EXCENTRICITATE”

Interacțiunea între semeni este prescrisă în mod obișnuit pentru încă un alt scop: acela de a le îndepărta pe copiii care ar putea fi puțin prea excentrici după placul nostru. Se pare că avem o obsesie în America de Nord să fim „normali” și să ne potrivim. Poate că noi, ca adulți, am devenit atât de orientați către egali, încât, în loc să căutăm să ne exprimăm propria individualitate, luăm indiciile pentru cum să fim și cum să fim. acționați unul față de celălalt. Poate ne amintim din propria copilărie de intoleranța crudă a copiilor față de cei care sunt diferiți și vor să-i salveze pe copiii noștri de la o asemenea soartă. Poate că la un anumit nivel ne simțim amenințați de expresii de individualitate și independență. Oricare ar fi motivul, individualitatea și excentricitatea sunt în nefavoare. A fi cool înseamnă a te conforma cu o gamă extrem de

restrânsă de moduri acceptabile de a arăta și de a acționa. Prin faptul că nu ieșim în evidență, căutăm apărarea față de rușine și nu este surprinzător că și copiii ar trebui să gândească în acest fel. Ceea ce este regretabil este că noi, în calitate de adulți, ar trebui să demnificăm această dinamică de omogenizare, onorându-l și respectând-o.

Cu cât un copil depinde mai mult de acceptarea adulților, cu atât este mai mult spațiu pentru unicitatea și individualitatea să se dezvolte și cu atât mai mare izolarea față de intoleranța semenilor. Aruncându-ne copiii la semenii lor, îi facem să piardă scutul protector al atașamentelor adulților. Ei devin cu atât mai vulnerabili la intoleranța semenilor lor. Cu cât devin mai detașați de noi, cu atât trebuie să se potrivească mai mult cu semenii lor; astfel, cu atât sunt mai disperați să evite să fie diferiți. Deși își pot pierde „excentricitatea" în acest fel, ceea ce pentru noi pare a fi binevenit progres în dezvoltare derivă, de fapt, din nesiguranța paralizantă.

NU VA BAZA PE SEMENI PENTRU A SUSTRINE ESTIMA DE SINE A UNUI COPIL

Un alt mit omniprezent – și pernicios – este că interacțiunile între semeni sporesc stima de sine a copilului. Cu toții ne dorim ca copiii noștri să se simtă bine cu ei înșiși. Cine dintre noi nu și-ar dori ca copiii noștri să aibă un simț al semnificației, să știe că contează, să creadă că sunt căutați, să creadă că sunt simpatici? Literatura populară ne-ar face să credem că colegii joacă un rol esențial în modelarea stimei de sine a copilului. Mesajul central pare să fie că copiii au nevoie de un cerc de prieteni care să-i placă pentru a avea un sentiment de valoare de sine. De asemenea, suntem informați că, pentru a fi ocoliți sau respinși de colegi, un copil condamnă la o îndoială paralizantă de sine. Nu lipsesc rapoartele media sau articolele de jurnal populare care să ilustreze prejudiciul cauzat vieții acelor copii care nu au fost acceptați de semenii lor. Un fost scriitor de manuale despre psihologia dezvoltării a concluzionat că stima de sine a unui copil nu are prea mult de-a face cu modul în

care un părinte îl vede pe copil și cu tot ce are de-a face cu statutul copilului în grupul ei de colegi.

Având în vedere importanța stimei de sine și presupusa semnificație a semenilor în formarea acesteia, pare corect să facem tot ce ne stă în putere pentru a ne ajuta copiii să cultive prietenii și să concureze favorabil cu semenii lor, pentru a-i face cât mai simpatici cu cineva. alta pe cat posibil. Părinții de astăzi sunt cuprinsi de teama ca copiii lor să fie ostracizați. Mulți părinți se trezesc cumpărând haine, susținând activitățile și facilitând interacțiunea care este considerată necesară pentru a le permite copiilor lor să-și câștige prieteni și să se țină de ei. Asemenea abordări par numai corecte, dar par a fi doar corecte.

Semenii joacă într-adevăr un rol esențial în stima de sine a multor copii. Exact asta înseamnă să fii orientat către colegi. O parte importantă a orientării în lume este de a avea un sentiment al propriei valori și importanță ca persoană. Pe măsură ce colegii îi înlocuiesc pe părinți, ei devin cei care influențează simțul copiilor despre ceea ce trebuie să prețuiască în sine și în ceilalți. Prin urmare, nu ar trebui să fim surprinși să aflăm că colegii influențează stima de sine a copilului. Totuși, nu așa a fost dintotdeauna, cum ar trebui să fie sau cum trebuie să fie. Nici tipul de stimă de sine care are rădăcini în interacțiunea cu semenii nu este chiar sănătos.

Ne confruntăm, în primul rând, cu o înțelegere superficială a conceptului însuși de stima de sine. Problema supremă a stimei de sine nu este cât de bine te simți cu tine însuți, ci independența autoevaluărilor față de judecățile altora. Provocarea stimei de sine este să prețuiești existența cuiva atunci când nu este prețuită de alții, să crezi în tine când te îndoiești de alții, să te accepti atunci când este judecat de alții. Stima de sine care valorează orice este rodul maturității: trebuie să ai o relație cu tine însuți, să fii capabil de sentimente amestecate, să crezi că ceva este adevărat în ciuda sentimentelor conflictuale. De fapt, nucleul stimei de sine sănătoase este un sentiment de viabilitate ca persoană separată. Aproape că putem vedea bine mândria la un copil atunci când este capabil să-și dea seama singur ceva, să se susțină singur, să știe că se poate

descurca singur cu ceva. Adevăratele probleme ale stimei de sine implică, prin urmare, concluzii despre validitatea și valoarea propriei existențe. Adevărata stima de sine necesită o maturitate psihologică care poate fi incubată doar în relații calde și iubitoare cu adulți responsabili.

Deoarece copiii orientați spre egali au dificultăți în creștere, este mult mai puțin probabil să dezvolte un sentiment de independență față de felul în care ceilalți gândesc despre ei. Stima lor de sine nu va deveni niciodată intrinsecă, niciodată înrădăcinată într-o evaluare autogenerată. Va fi condiționat, condiționat de favoarea altora. Astfel, se va baza pe factori externi și evanescenți precum realizarea socială sau aspectul sau venitul. Acestea nu sunt măsuri ale stimei de sine. Stima de sine autentică nu spune că merit, pentru că pot face asta, asta sau altceva. Mai degrabă, proclamă, merită dacă pot sau nu să fac asta, asta sau altceva.

Dacă această viziune asupra stimei de sine pare ciudată pentru unii oameni, este doar pentru că trăim într-o cultură care îndoctrinează o idee a stimei de sine bazată pe felul în care privim la ceilalți. Cu toții vrem să ținem pasul cu cei de la Jones, cu toții tânjim să arătăm noul nostru iubit sau iubita sau soțul nostru cu trofeu, și toți experimentăm un val de mândrie amețitoare când alții ne recunosc sau invidiază realizările. Dar oare ne respectăm cu adevărat pe sine? Nu, ceea ce prețuim este ceea ce cred alții despre noi. Acesta este genul de stimă de sine pe care vrem să o dezvolte copiii noștri?

Absența unui nucleu independent pentru stima de sine creează un vid care trebuie umplut din exterior. Încercarea de a umple acest gol al stimei de sine independente cu materiale substitutive, cum ar fi afirmații, statut și realizare, este inutilă. Oricât de pozitive ar fi experiențele, nimic nu se lipește niciodată: cu cât cineva primește mai multe laude, cu atât devine mai flămând de laude; cu cât cineva devine mai popular, cu atât se străduiește să fie mai popular; cu cât cineva câștigă mai multe competiții, cu atât devine mai competitiv. Cu toții știm acest lucru intuitiv. Provocarea noastră este să ne folosim influența asupra copiilor noștri pentru a sparge dependența

lor de popularitate, aspect, note sau rezultate pentru felul în care gândesc și simt despre ei înșiși.

Doar o stima de sine care este independenta de aceste lucruri va servi cu adevarat unui copil. Pentru el să se bazeze pe colegii săi pentru ceva la fel de important ca simțul lui de semnificație ar putea fi dezastruos. Construit pe baze atât de șocante, cu cât respectul de sine al unui copil este mai mare, cu atât va deveni mai nesigur și mai obsedat. Copiii sunt notoriu volubili în relațiile lor. Le lipsește orice simț al responsabilității pentru a-și tempera dispozițiile sau orice angajament față de bunăstarea celuilalt. A face un copil dependent de asemenea evaluări imprevizibile înseamnă a-l condamna la nesiguranță perpetuă. Doar acceptarea necondiționată iubitoare pe care o pot oferi adulții este capabilă să elibereze un copil de obsedarea semnelor de placere și apartenență.

Până când copiii devin capabili de autoevaluare independentă, datoria noastră este să le oferim o afirmație atât de puternică încât să nu fie împinsă să caute în altă parte. Asemenea afirmații merg mult mai adânc decât frazele pozitive de dragoste și laudă – ele trebuie să emane din însăși ființa noastră și să pătrundă până în miezul copilului, permițându-i să știe că este iubită, întâmpinată, bucurată, sărbătorită pentru chiar existența ei, indiferent de orice". bine" sau „rău" ne-ar putea prezenta în orice moment dat. În niciun caz nu este în interesul superior al copilului să se concentreze pe a-l face plăcut pentru semenii săi. Singura modalitate de a-i determina pe colegii să conteze mai puțin este ca noi să contăm mai mult.

SEMENII NU SUNT ÎNLOCUIȚI PENTRU FRATII

O altă problemă percepută pentru care se consideră că semenii sunt soluția preferată este cea a copilului unic. Mitul a început să spună că copiii trebuie să fie în preajma altor copii pentru a ieși bine. Părinții cu un singur copil sunt adesea destul de necăjiți de situația lor dificilă și încearcă să compenseze această presupusă privare devenind organizatori sociali pentru copilul lor, facilitând întâlniri de joacă și aranjand întâlniri cu alți copii. Cum pot copiii să se joace fără prieteni sau să învețe să se înțeleagă fără prieteni? ei cred.

Trebuie să înțelegem, în primul rând, că colegii nu sunt la fel cu frații și că frații sunt mai mult decât colegi de joacă. Frații au același punct de lucru. Atașamentul unic cu fratele este descendentul natural al atașamentului cu părintele. Deși există și excepții, atașamentele cu frații ar trebui să coexiste, fără conflicte inerente, cu atașamentele față de părinți. Relațiile de frați ar trebui să fie ca relațiile planetelor care se învârt în jurul aceluiași soare, secundare în natură față de relația fiecărei planete cu soare. Înlocuitorii mai adecvați pentru frați sunt verii, nu colegii. Dacă verii sunt rari sau inaccesibili sau au o influență proastă, ar fi mai potrivit să se cultive tipurile de prietenie de familie în care alți adulți sunt dispuși să-și asume rolul de unchi sau mătușă surogat pentru copiii celuilalt. Relațiile cu adulții ar trebui să fie atașamentele principale de lucru pentru copil.

Pentru a clarifica încă o dată, problema nu este în a juca copiii unii cu alții, ci în a fi lăsați unul altuia atunci când nevoile lor de atașament de bază nu au fost îndeplinite de adulții responsabili. Acesta este momentul în care copiii noștri sunt cei mai expuși riscului de a forma atașamente care concurează cu noi. Cu cât copiii noștri sunt mai atașați de adulții care au grijă de ei, cu atât trebuie să fim mai puțin preocupați de restricționarea jocului lor social.

Dar nu trebuie copiii să se joace unii cu alții? Trebuie să vedem aici diferența dintre ceea ce își doresc copiii și ceea ce au nevoie. Jocul de care au nevoie copiii pentru o dezvoltare sănătoasă este jocul emergent, nu jocul social. Jocul emergent (sau singurătatea creativă) nu implică interacțiunea cu ceilalți. Pentru copiii mici, apropierea și contactul cu persoana atașată trebuie să fie suficient de sigure pentru a fi considerate de la sine înțelese. Acest sentiment de securitate îi permite copilului să se aventureze într-o lume a imaginației sau a creativității. Dacă sunt implicați colegi de joacă, aceștia provin din imaginația copilului, cum ar fi Hobbes pentru Calvin sau Pooh și prieteni pentru Chistopher Robin. Părintele este întotdeauna cel mai bun pariu pentru acest tip de joc, servind ca o ancoră de atașament - deși nici părintele nu trebuie să exagereze, ca nu cumva jocul emergent să se deterioreze în joc social, care este

mult mai puțin benefic. Copiii nu sunt capabili să îndeplinească funcția de ancoră de atașament unii cu alții, așa că jocul lor emergent este aproape întotdeauna preempțiat de interacțiunea socială. Datorită accentului puternic pus pe socializarea colegilor, jocul emergent - jocul care decurge din creativitatea, imaginația și curiozitatea copilului față de lume - a devenit periclitată.

Din nou, nu spun că un joc social va dăuna, în sine, dezvoltării unui copil, dar nici nu o va promova. Deci, încă o dată, nu este că copiii nu ar trebui să petreacă timp unii cu alții, dar nu ar trebui să ne așteptăm ca o astfel de joacă să răspundă nevoilor lor cele mai profunde. Doar adulții care se îngrijesc pot face asta. În urgența noastră ca copiii noștri să socializeze, le lăsăm puțin timp copiilor noștri să fie cu noi sau să se angajeze în jocul solitar și creativ pe care l-am numit joc emergent. Le umplem timpul liber cu întâlniri de joacă sau cu videoclipuri, televiziune, jocuri electronice. Trebuie să lăsăm mult mai mult loc pentru ca eul să apară.

Și asta ne readuce la problema semenilor ca înlocuitori ai fraților. Copiii au nevoie de adulți mult mai mult decât au nevoie de alți copii. Părinții nu au de ce să se simtă rău pentru copiii care nu au frați și nici nu ar trebui să se simtă obligați să umple golul cu semeni.

Dacă am experimenta mai întâi adevărata moștenire a orientării la egal la egal – contravoința crescută, pierderea respectului și a respectului pentru autoritate, imaturitatea prelungită, creșterea agresivității, întărirea emoțională, lipsa receptivității de a fi părinți sau predați – ne-am muta rapid pentru a rezolva problema. N-am pierde timpul lucrând pentru a ne restabili locul cuvenit în viața copiilor noștri. Dar pentru că primele roade ale orientării către colegi arată atât de bine, nu avem nicio bănuială despre ceea ce ne așteaptă. Credem că semenii sunt răspunsul la multe dintre problemele pe care ni le va pune în cale creșterea copiilor. Vom plăti un preț mare. Trebuie să rezistam tentației de a primi în zidurile noastre calul troian.

18 RECREAȚI SATUL ANEXA

MULTI ADULTI ACUM in varsta de patruzeci sau peste isi amintesc copilariile in care satul atasamentelor era o realitate. Vecinii se cunoșteau și se vizitau acasă. Părinții prietenilor ar putea acționa ca părinți surogat pentru alți copii. Copiii s-au jucat pe străzi sub privirea unor adulți prietenoși și protectori. Existau magazine locale de unde se cumpăra produse alimentare sau feronerie sau produse de panificație și multe alte articole, iar în aceste magazine comercianții erau mai mult decât furnizori fără chip de articole fabricate în masă într-un cadru de lanț de magazine. La fel ca domnul Hooper din „Sesame Street”, erau persoane pe care le cunoșteai și chiar îi prețuiau. Familia extinsă – unchi, mătuși, socri – ar fi în contact regulat unul cu celălalt și ar putea, de asemenea, dacă va fi nevoie, să îi spună pe părinți în sarcina de a îngriji copiii. Lucrurile nu erau ideale – nu au existat aproape niciodată în existența umană – dar a existat un sentiment de înrădăcinare, apartenență și conexiune care a servit drept matrice invizibilă în care copiii se maturizau și își dobândeau simțul despre lume. Satul de atașament era un loc de orientare către adult în care cultura și valorile se transmiteau pe verticală de la o generație la alta și în care, la bine și la rău, copiii urmau exemplul adulților.

Pentru mulți dintre noi, acel sat de atașament nu mai există. Fundamentele sociale și economice care susțineau culturile tradiționale au dispărut. Au dispărut comunitățile închegate, în care familiile extinse locuiau în imediata apropiere, unde copiii creșteau printre adulți mentoring care își făceau munca aproape de casă, unde activitățile culturale au reunit generații. Majoritatea dintre noi trebuie să împărtășim sarcina de a ne crește copiii cu adulți pe care

nici noi, nici copiii noștri nu ne-am întâlnit anterior. Majoritatea copiilor din America de Nord își părăsesc casele aproape în fiecare zi pentru a merge în locuri în care adulții cu care nu au nicio legătură de atașament își asumă responsabilitatea pentru ei. Să ne ținem copiii acasă, pentru cei mai mulți dintre noi, nu ar fi fezabil. Dacă dorim să ne recuperăm copiii de la orientarea către egali sau să îi împiedicăm să devină orientați către egali, avem doar o altă opțiune: să recreăm sate funcționale de atașament în care să ne creștem copilul. S-ar putea să nu reușim să punem împreună Humpty Dumpty din nou și, cu siguranță, nu putem remodela structuri sociale și economice învechite, dar sunt multe de făcut pentru a ne ușura lucrurile pentru noi și copiii noștri.

O casă, după cum se spune, nu este o casă. Problema cu copiii orientați spre egali este că ei sunt încă în casele noastre, dar nu mai sunt acasă la noi. Ne părăsesc casele pentru a merge „acasă" pentru a fi unul cu celălalt. Ne folosesc telefoanele pentru a suna „acasă". Ei merg la școală pentru a fi „acasă" cu prietenii lor. Au „dor de casă" atunci când nu sunt în contact unul cu celălalt. Instinctele lor de orientare au fost denaturate pentru a-i apropia unul de celălalt. În loc să preferă să fie în casele părinților, adolescenții orientați spre egali devin ca niște nomazi, mergând împreună în grupuri sau petrecându-se în mall-uri. Acasă poate fi acolo unde le este locul, dar sentimentul lor de cămin nu mai este cu noi.

Numai în contextul unui sat de atașament putem crea case pentru copiii noștri în cel mai adevărat sens. Atât casa, cât și satul sunt create prin atașament. Ceea ce face din sat un sat sunt legăturile dintre oameni. Conexiunile fac, de asemenea, casa, fie că sunt cu casa în sine sau cu oamenii din ea. Ne simțim cu adevărat „ca acasă" doar cu cei de care suntem atașați.

Numai atunci când un copil este acasă cu cei responsabili pentru el poate fi pe deplin realizat potențialul său de dezvoltare. A ajuta copiii să se simtă ca acasă cu adulții cărora le încredințăm este una și aceeași sarcină cu crearea unui sat de atașamente în care să crească. În comunitățile tradiționale de atașament, un copil nu trebuia niciodată să plece de acasă – era acasă oriunde mergea .

Astăzi, nici copiii nu ar trebui să fie nevoiți să părăsească acasă, sau cel puțin sentimentul de a fi acasă cu adulții grijulii, până când sunt suficient de maturi pentru a fi acasă cu propriul lor sine.

Satele de atașament pot fi create, dacă avem viziune și impuls. Ca și atașamentul însuși, construirea satului trebuie să devină o activitate conștientă. Nu avem de ce să ne dorim din cauza a ceea ce nu mai există, ci toate motivele pentru a restabili ceea ce lipsește.

DEZVOLTĂ O DISTRIBUIE DE SUPORT

Trebuie să prețuim prietenii noștri adulți care manifestă un interes pentru copiii noștri și să găsim modalități de a le promova relațiile cu ei. De asemenea, trebuie să acordăm o importanță ridicată creării de obiceiuri și tradiții care leagă copiii noștri de familia extinsă. A fi înrudit nu este suficient – este necesară o relație autentică. Din păcate, mulți bunici au devenit, de asemenea, prea orientați spre colegi pentru a-și asuma rolul în ierarhia atașamentului. Mulți ar prefera să fie cu prietenii lor decât cu nepoții lor, iar în societatea noastră mobilă și fragmentată, mulți locuiesc și ei departe. Dacă contactul cu familia noastră extinsă este imposibil sau din anumite motive nu este în interesul superior al copilului nostru, trebuie să cultivăm relații cu adulții care sunt dispuși să completeze.

Modul în care socializăm trebuie să se schimbe. Socializarea tinde să fie orientată spre egali în America de Nord, împărțindu-se pe linii generaționale. Chiar și atunci când mai multe generații sunt împreună, activitățile par să fie bazate pe colegi: adulții ies cu adulții, copiii cu copiii. Pentru a crea sate de atașament, socializarea noastră ar trebui să cultive conexiuni ierarhice. În timpul ședерii noastre în Provence, am văzut că socializarea include aproape întotdeauna copiii. S-au pregătit mesele, au fost selectate activități și au fost planificate ieșirile având în vedere acest lucru. Adulții au preluat conducerea în colectarea copiilor. Acest tip de socializare în familie ne-a luat prin surprindere la început, dar a avut perfect sens din perspectiva atașamentului. Cu cât este mai mare numărul de adulți grijulii în viața unui copil, cu atât el sau ea va fi mai imun față de orientarea semenilor. Pe cât posibil, ar trebui să participăm

împreună cu copiii noștri la activități asemănătoare satelor care leagă copiii de adulți, fie prin centre religioase sau etnice, activități sportive, evenimente culturale sau în comunitate în general.

Pe o stradă după colț de casa coautorului meu, părinții s-au organizat în ceea ce ei numesc „micul bloc care poate". Relațiile sociale sunt cultivate în mod deliberat în rândul familiilor care locuiesc în acest bloc. Există bănci și mese de picnic în afara mai multor case unde se adună părinți și copii de toate vârstele. Copiii au învățat să se relaționeze cu toți adulții de pe această stradă ca figuri de atașament, mătuși și unchi surogat. O dată pe an, strada este închisă traficului pentru ceea ce, de fapt, este o sărbătoare a satului. Sunt jocuri, se servește mâncare, se cântă muzică din difuzoare. Departamentul local de pompieri sosește cu un motor roșu, iar copiii se zbârnesc în pulverizarea furtunului de incendiu.

Fiecare părinte are nevoie de o distribuție de susținere, iar cu cât există mai puțin în mod natural, cu atât mai mult trebuie să fie cultivat prin design. Cu toții avem nevoie de cineva care să ne înlocuiască din când în când și cei mai mulți dintre noi trebuie să ne împărtășim responsabilitățile de părinte cu ceilalți. Selectarea cu atenție a acestor înlocuitori și stimularea atașamentului copilului nostru față de acești adulți ar trebui să fie prioritatea noastră. Nu este suficient ca o bonă sau o dădacă să fie disponibilă, să fie de încredere și să fi promovat cursurile necesare. Ceea ce face ca totul să funcționeze este ca copilul să accepte înlocuitorul parental ca punct de lucru și să se simtă ca acasă cu acea persoană. Acest tip de relație trebuie pregătit și cultivat. Includerea potențialului candidat în unele activități de familie și invitarea lui la o masă în familie poate fi doar genul de structură necesară pentru a stabili o conexiune.

În condițiile actuale, în multe familii ambii părinți au nevoie să muncească – ca să nu mai vorbim despre numărul tot mai mare de familii monoparentale. Nu putem întoarce ceasul înapoi la un trecut idealizat când un părinte, de obicei mama, a rămas acasă până când copiii au crescut, sau cel puțin la școală. Din punct de vedere economic și cultural am ajuns la o altă etapă. Dar trebuie să ne

asigurăm că copiii noștri formează relații puternice cu adulții cărora îi încredințăm să ne ia locul – așa cum voi explica în secțiunea următoare.

Coautorul meu, Gabor, a vizitat Mexicul pentru prima dată recent. A fost impresionat de fericirea pură a copiilor pe care i-a văzut în satele mayașe defavorizate din punct de vedere economic de-a lungul traseului său. „Bucuria strălucea de pe fețele acestor copii”, spune el, „nu am observat nimic din alienarea și agresivitatea la care este martor printre copiii din America de Nord. Era o deschidere naivă la ei, o inocență, în ciuda vieții dure a părinților lor.” Mayașii, ca și grupurile indigene de pretutindeni, practică „parenting-a de atașament” fără să-și dea seama. Își poartă micuții peste tot în primii ani și, în general, îi cresc în sate tradiționale de atașament. Ideea ca părinții să se despartă de sugari sau copii mici le-ar părea ciudată. În mod similar, potrivit unui raport recent al unui ziar, în Nairobi, Kenya, un antreprenor care deschisese un magazin în care vinde cărucioare pentru copii tinerelor mame a explicat de ce afacerile erau lente. „Femeile de aici nu văd de ce ar avea nevoie de un instrument în care să-și împingă copiii”, a spus ea. „Pur și simplu le poartă oriunde merg.” Și din nou, orice vizitator al Africii nu poate să nu observe spontaneitatea veselă, zâmbetele naturale și mișcările corporale libere ale copilului african. Asta vine din contactul strâns cu adulții iubitori din satul de atașament. Din păcate, este o cultură care acum este devastată de război și foamete în multe locuri.

Aduc în discuție aceste exemple nu pentru a da vina pe propria noastră cultură, ci pentru a arăta ceea ce am pierdut prin educația instinctivă, bazată pe atașament. Este posibil să nu ne putem întoarce la astfel de practici, dar trebuie să compensăm pierderea lor în orice mod putem. De aici insistența mea că facem tot posibilul să recreăm satul de atașament în măsura posibilităților noastre și în orice măsură ne permit circumstanțele.

Sunt adesea întrebat la ce vârstă un copil este pregătit să se ocupe de despărțirea de întoarcerea la muncă a unui părinte sau, poate, de lăsarea copilului să plece în vacanță. Răspunsul meu este aproape

întotdeauna o întrebare despre natura distribuției lor secundare. Numai atașamentul poate crea un înlocuitor pentru un părinte; prin urmare, trebuie să cultivăm aceste atașamente. Cultura noastră socială nu mai face treaba asta. Odată cu aducerea unui copil pe această lume, vine acum și responsabilitatea de a ne crea propria distribuție de susținere. Dacă am devenit conștienți de atașament și ne-am asumat acest rol, am putea auzi conversații ca aceasta:

„Cum te descurci să găsești o dădacă bună pentru Saman-tha?”

„Credem că am găsit pe cineva care arată promițător. Chiar acum, sunt împreună în bucătărie, gătesc o furtună. Se pare că are numărul Samanthei. Vreau ca ei să petreacă timp împreună și ca Samantha să fie complet conectată cu ea înainte să-i las singuri. După aceea, ar trebui să fie o bucată de tort.”

Atașamentele adulților sunt deosebit de importante în adolescență. Atunci când se îndepărtează de părinți, așa cum tind să facă adolescenții în curs de maturizare, a avea un adult alternativ la care să apeleze poate împiedica adolescentul să se întoarcă la semeni. Dacă vor îndeplini această funcție, totuși, aceste relații trebuie cultivate cu mult înainte ca copilul să ajungă la adolescență. Dacă ar fi să fim înlocuiți, ar fi mult mai bine cu înlocuitori pe care i-am ales deja.

MATCHMAKE CU CEI RESPONSABILI

În satul tradițional, atașamentele copiilor erau generate de atașamentele părinților. În cele mai multe cazuri astăzi, avem puțină alegere față de adulți – de exemplu, profesorii – cărora trebuie să le încredințăm copiii. În aceste situații, provocarea este mai mult de a ne potrivi copiii cu cei responsabili pentru ei. Matchmaking implică amorsarea a două persoane în așa fel încât să fie mai probabil să se atașeze una de cealaltă. Adesea ne potrivim destul de instinctiv pentru a promova conexiuni calde între frați sau, să zicem, între copiii noștri și bunicii lor. Trebuie să folosim acest dans instinctiv al atașamentului pentru a crea un sat de atașament.

Uneori, copiii se atașează spontan de cei responsabili: lucrători de zi, profesori, babysitter, bunici. Dar dacă nu este cazul, nu trebuie să stăm cu mâinile în brațe. Sunt multe ce putem face pentru a facilita o relație de lucru între copil și cel care ne ia locul. Matchmakers au de obicei o serie de trucuri sub mânecă. Odată ce obiectivul este clar pentru noi, este surprinzător cât de ușor vor urma restul.

Unul dintre cele mai importante instrumente este introducerea. O introducere este o oportunitate de a crea primele impresii prietenoase. Este, de asemenea, o modalitate naturală de a da binecuvântarea atașamentului nostru. Trebuie să fim văzuți de copilul nostru într-o interacțiune prietenoasă cu persoana căreia urmează să îi dăm ștafeta, indiferent dacă acea persoană este un profesor preșcolar, un lucrător de zi, un profesor de pian, un instructor de schi, directorul sau profesorul de la clasă. Trucul este să preia conducerea în a face cunoștință cu adultul căruia îi încredințăm copilul și apoi să ne asumăm controlul prezentărilor. Este o oportunitate de aur pentru matchmaking.

Dacă am trăi într-o lume în armonie cu designul dezvoltării, părinții și profesorii ar stabili mai întâi legături prietenoase între ei, iar apoi părinții și-ar asuma rolul care le-a dreptate în prezentarea. Mixerii școlii, în loc să aducă copiii împreună cu colegii lor, ar facilita interacțiunea dintre membrii echipei de atașament pentru adulți. Ar exista structuri care să pregătească trecerea fără probleme a copiilor noștri de la un adult la altul. Și totuși care este realitatea astăzi? Coautorul meu și cu mine am fost invitați recent să conducem un seminar pentru profesioniști într-un oraș din Columbia Britanică. Am aflat spre surprinderea noastră că liceul din localitate plănuia să țină anul acesta o ceremonie de absolvire fără părinți, pe motiv că numărul de înscrieri atinsese atât de mult încât niciun spațiu nu era suficient de mare pentru a ține toți elevii și rudele lor în același timp. Cu toate acestea, orașul are câteva facilități mari, inclusiv un patinoar de hochei. Nu lipsa de spațiu, ci lipsa de conștientizare este problema!

Un alt instrument important de potrivire este acela de a îndrăgi părțile care nu au legătură între ele. Fie că este vorba de a transmite

complimente sau de a interpreta semne de apreciere, scopul matchmaker-ului este de a face mai ușor ca părțile să se placă reciproc. Prea des, noi, ca părinți, sărim peste acest pas și continuăm să discutăm despre preocupările noastre și despre lucrurile care au mers prost. Relația este contextul de lucru cu copilul și este, prin urmare, prioritatea. Relația trebuie stabilită în primul rând, înainte de a ne ocupa de ceea ce nu funcționează. Ca părinți, trebuie să luăm conducerea. Tot ce este nevoie este ca noi să devenim conștienți de acest obiectiv, iar restul ar trebui să vină destul de natural. De exemplu, profesorului ne putem trezi să spunem lucruri precum „Ai făcut o impresie destul de mare asupra fiicei noastre", „Putem spune că fiul nostru te place cu adevărat și că este dornic să nu te dezamăgească", „Fiul nostru a întrebat despre tu când erai absent. Chiar i-a fost dor de tine." Copilului nostru i-am putea spune lucruri precum „Profesorul tău a avut niște lucruri frumoase de spus despre tine", „Nu s-ar interesa atât de mult de tine dacă nu ai fi important pentru el", „Profesorul tău a spus că i-a fost dor de tine. și am sperat că te vei face bine în curând." De obicei, cineva poate găsi ceva care poate fi interpretat într-un mod pozitiv pentru a stabili o legătură între copilul cuiva și adultul responsabil pentru ea.

Toți copiii au nevoie de conexiuni pentru adulți, astfel încât să nu cadă prin fisurile atașamentului. Atunci când un copil are destui adulți de care să se bazeze pe măsură ce se mută de la casă la școală la grădiniță la locul de joacă, există puțin pericol ca orientarea către colegi să prindă rădăcini. Sarcina noastră este să ne asigurăm că copilul este acoperit de un atașament de lucru cu un adult în orice moment și că funcționăm ca o echipă de ștafetă a atașamentului. Trebuie să ne asigurăm că am trecut cu succes ștafeta atașamentului înainte de a da drumul. Atunci când aruncăm ștafeta, copiii noștri riscă să fie ridicați de altcineva.

Nu există un sfârșit pentru tipul de potrivire care se poate face. Un program de școală, inițiat de Dr. Mel Shipman în anii 1980, a început cu potrivirea cetățenilor în vârstă cu copiii de școală elementară din partea de est a Toronto. Programul a implicat doar o

oră de contact pe săptămână, dar impactul pozitiv al interacțiunilor intergeneraționale a avut un efect de undă în întreaga școală. Mulți studenți au considerat că aceste relații schimbă viața, la fel ca mulți dintre bătrânii participanți. Succesul Proiectului intergenerațional Riverdale a alimentat o mișcare la nivel de provincie care implică acum câteva sute de agenții în promovarea legăturilor de îngrijire între generații. Acest program popular s-a răspândit și într-un număr de state de pe litoralul de est. Este interesant că instigatorii acestei minunate inițiative, neconștienți de orientarea colegilor, nu au putut explica în mod adecvat succesul programului lor. Odată ce luăm în considerare orientarea către colegi, putem înțelege cu ușurință efectele benefice ale contactului intergenerațional. Atât pentru tineri, cât și pentru cei în vârstă, a satisfăcut o nevoie profundă.

Un profesor care a format o relație de lucru cu un elev are puterea de potrivire de a facilita relațiile cu alți profesori și membri ai personalului responsabili de copil - bibliotecarul, supraveghetorul locului de joacă, directorul, consilierul, dar mai ales profesorul de anul viitor. Ce diferență ar face dacă profesorii și-ar folosi puterea de atașament existentă pentru a crea relații de lucru cu alți adulți de care elevul trebuie să depindă! Iubita mea doamnă Ackerberg a fost cel mai bun lucru care mi s-ar fi putut întâmpla în clasa întâi, dar dacă ar fi jucat pe chibrit cu profesorul meu de clasa a doua și ar fi dat ștafeta atașamentului, s-ar putea să nu fi trebuit să aștept până în clasa a cincea pentru un atașament. cu un alt profesor de luat.

ANULAZĂ CONCURSUL

Trăim într-o lume plină de competiție pentru atașament. Potențialul de conflict există de fiecare dată când copilul nostru formează un nou atașament cu cineva cu care nu avem o relație. Școlile generează atașamente concurente. Divorțul și recăsătoria generează atașamente concurente. Satele existente de atașament se dezintegrează adesea în urma atașamentelor concurente, făcând copiii mult mai susceptibili la orientarea către egali. Trebuie să dezamorsăm în mod conștient cât mai mult posibil din această

competiție, indiferent dacă atașamentele concurente sunt cu diferiți adulți din viața copilului sau între părinți și semeni.

Uneori, atașamentul concurent poate fi cu un alt părinte – un părinte divorțat, un părinte vitreg, un părinte adoptiv. Oricât de mult este posibil, este important să îi transmiteți copilului că apropierea de un părinte nu trebuie să însemne distanță față de celălalt. Trebuie să transformăm ceea ce poate părea a fi oricare/sau relații în relații cu asta și cutare. Putem face acest lucru vorbind despre celălalt părinte într-un mod prietenos și facilitând contactul cu părintele care este absent. Uneori, competiția se va diminua pentru copil atunci când poate percepe doi dintre părinții ei interacționând într-un mod prietenos: stând unul lângă celălalt la o funcție de școală, încurajând împreună la un joc de baseball al unui copil, susținând copilul la un recital muzical. Oricât de dificil ar fi pentru adulți să se ridice peste diferențele lor, merită din plin efortul. Nu numai că satul de atașament poate fi păstrat atunci când apropierea de un părinte nu cere distanță de altul, ci poate fi chiar extins.

Ceea ce se întâmplă cel mai adesea este că concurența, actuală sau potențială, nu aparține altor adulți, ci semenii copilului. Există sute de moduri de a dezamorsa această diviziune. În primul rând, putem, noi înșine, să cultivăm relații cu prietenii copilului nostru, asigurându-ne că rămânem în imagine și că conexiunile lui ne implică și pe noi. Acest lucru poate presupune, de exemplu, să răspundeți la telefon și să salutați apelanții copilului dvs. pe nume, chiar și să vă implicați într-o conversație. Odată ce copiii sunt suficient de orientați spre colegi, deseori ar prefera să pretindă că nici măcar nu existăm. Singura noastră speranță de a contracara acest lucru este să insistăm să ne facem prezenți – într-un mod prietenos, desigur. Același lucru este valabil și pentru intrarea în casă. Permiterea prietenilor copiilor noștri să intre pe o ușă din spate sau pe o ușă laterală le permite să scape de ritualurile normale de atașament ale saluturilor și prezentărilor familiei. La fel, crearea unei zone separate în casă în care copiii să se poată izola de noi este ultimul lucru pe care vrem să-l facem. Vrem să-i aducem în zonele

comune de locuit unde putem menține conexiunea și submina mentalitatea fie/sau. Când vine vorba de atașament, cei care nu sunt în relație cu noi sunt probabil să devină competiția noastră. Ceea ce uneori sparge gheața și îi aduce în relație cu noi este să le servim o masă într-un cadru familial. Îmi dau seama că acest tip de intervenție nu este ușor, dar vorbesc din experiență personală când spun că merită efortul, precum și stângacia pe care o poți simți când o încerci prima dată.

Când copiii ajung la adolescență, există de obicei presiune asupra părinților pentru a facilita întâlnirile și petrecerile între semeni. Dacă orientarea de la egal la egal este în aer, mesajul implicit sau explicit este ca părinții să devină rare în acest timp. Din nou, este important ca părinții să preia conducerea, să anuleze polarizarea și să creeze un precedent. Când Bria, a treia fiică a noastră, a ajuns la această vârstă, eram bine antrenați la această manevră. Când cererea inevitabilă a venit împreună cu cererea de a ne face invizibili, am luat inițiativa. Da, bineînțeles că ar putea face o petrecere. Nu, bineînțeles că nu ne-am pierde. De fapt, am fi gazde foarte active și am avea o răspândire pe care niciunul dintre prietenii ei nu ar putea refuza. Am decis să fac grătar pentru a putea întreba fiecare oaspete ce vrea și cum își dorește. Între timp, agenda mea neanunțată a fost să intru în fața lor într-un mod prietenesc, să fac contact vizual dacă este posibil, să solicit un zâmbet și un încuviințare din cap, să obțin un nume și să încerc să-l amintesc și să mă prezint și pe mine. I-am înrolat pe frații mai mici ai Briei ca servitori. Mesajul ar fi clar – a fi legat de Bria însemna să te raportezi la familia ei. Ea a fost un pachet. Când ne-am prezentat planul de a fi gazde active și vizibile, prima reacție a Briei a fost să fie mortificată! Se îndoia că va funcționa vreodată. Se temea că niciunul dintre prietenii ei nu va veni și că, dacă o vor face, nu ar mai vorbi niciodată cu ea. Temerile ei erau nefondate. Cu siguranță nu am reușit să fac incursiuni cu toată lumea, dar mă îndoiesc că cei cu care am eșuat ar fi fost oricum înclinați să apară din nou. Copiii cu care a lucrat erau mult mai predispuși să caute genul de relație cu fiica noastră care să nu concureze cu noi.

Un alt mod de a dezamorsa concurența potențială este să cultivăm relații cu părinții prietenilor copiilor noștri. Într-un sat preexistent al atașamentului, am avea deja o legătură cu părinții copiilor cu care interacționează copiii noștri. Nu trăim într-o astfel de lume, singura opțiune pe care o avem este să construim satul de la zero - de la semenii copilului nostru până la părinții lor. Dacă nu reușim să facem acest lucru, lumea atașamentului copiilor noștri rămâne fragmentată și fracturată și plină de concurență inerentă. Este posibil să nu putem controla cine sunt prietenii copiilor noștri, dar dacă putem face legături prietenoase cu părinții, vom aduce armonie și unitate în lumea atașamentului lor. Putem reuși mereu să facem asta? Desigur că nu. Diferențele pot fi prea mari pentru a fi rezolvate. Dar ar trebui, cel puțin, să încercăm. Miza este prea mare pentru ca noi să ignorăm orice oportunitate.

Eu și soția mea am fost norocoși în acest sens cu Bria. Părinții a doi dintre prietenii ei apropiați au fost cei mai predispuși la ideea de a cultiva legături menite să aducă împreună lumile fetelor. Avusesem deja o relație cu prietenele Briei, iar ceilalți părinți își făcuseră și temele. Agenda mea a fost să dezamorsez potențiala competiție, creând o lume în care apropierea cu semenii să nu fie în detrimentul proximității față de părinți. Clădirea satului a funcționat mai bine decât aș fi putut crede vreodată că este posibil. Cireasa de pe tort a fost Revelionul Mileniului. Înainte de eveniment, fiecare dintre noi din familie ne împărtășise fanteziile despre ce ne-ar plăcea să se întâmple în această seară specială și ce doream să însemne. Fantezia Briei a fost să fie împreună nu numai cu cei mai buni prieteni ai ei, ci și cu familiile celor mai bune prietene, inclusiv cu oaspeții lor. I-am invitat pe toți sub acoperișul nostru și ne-am petrecut seara bucurându-ne unul de compania celuilalt. Le-am prăjit tinerelor care ne-au inspirat să creăm un sat de jos în sus, creând legături care altfel nu ar fi existat niciodată. Evenimentul a fost o mărturie a faptului că atunci când colegii și părinții nu concurează, copiii noștri le pot avea pe amândouă.

Numai atunci când lumea atașamentului lor se rup, colegii și părinții trăiesc în sfere diferite. Provocarea noastră este să creăm

genul de relații de atașament cu copiii noștri și genul de sat de atașament în care ei să trăiască, în care colegii pot fi incluși fără ca părinții să fie străvuți.

Deoarece copilăria este o funcție a imaturității, durata copilăriei crește în societatea noastră. În același timp, deoarece adevărata parentalitate este o chestiune de relație și există doar în timp ce copilul se atașează activ de noi, durata parentalității practice scade rapid. Aici intervine orientarea către egali: atunci când atașamentele sunt distorsionate, ne pierdem calitatea de părinte. Ca parentalitatea să dispară înainte de sfârșitul copilăriei este dezastruos atât pentru părinte, cât și pentru copil. Când suntem despuiați de calitatea de părinți, copiii noștri pierd aspectele pozitive ale copilăriei. Ei rămân imaturi, dar sunt lipsiți de inocența, vulnerabilitatea și deschiderea copilărească necesare pentru creștere și pentru a se bucura neîngrădit de ceea ce are de oferit viața. Ei sunt înșelați de întreaga lor moștenire ca ființe umane.

Cine să ne crească copiii? Răspunsul răsunător, singurul răspuns compatibil cu natura, este că noi – părinții și alți adulți preocupați de îngrijirea copiilor – trebuie să le fim mentorii, ghizii, îngrijirile și modelele lor. Trebuie să ne ținem de copiii noștri până când munca noastră este terminată. Trebuie să ne ținem nu în scopuri egoiste, ci pentru ca ei să se aventureze, nu pentru a-i reține, ci pentru a-și putea îndeplini destinele de dezvoltare. Trebuie să ne ținem de ei până când ei se pot ține de ei înșiși.

PART SIX

A POSTSCRIPT FOR THE DIGITAL AGE (How to Hold On to Kids in the Era of the Internet, Cell Phones, and Videogames)

19 REVOLUȚIA DIGITALĂ S-A ÎNDOIT

S-a întâmplat CEVA MARE de la publicarea originală a revistei Hold On to Your Kids. Privind retrospectiv, putem spune că această carte a prefigurat pe deplin, dar nu ar fi putut să imagineze pe deplin, impactul revoluției digitale care, în anii care au trecut, a ajuns să domine lumea noastră și a copiilor noștri. Acest impact a fost, cel puțin, tulburător. Progresele tehnologice care au avut – și au încă – un potențial imens spre bine au provocat, în schimb, un regres cultural major. Dacă nu ne venim în fire, reverberațiile transformării digitale vor afecta dezvoltarea sănătoasă a copiilor noștri pentru generații.

Ce s-a întâmplat? Cum înțelegem direcția pe care ne-a luat-o revoluția digitală? Care sunt implicațiile pentru parenting în era digitală?

Până în 2010, 73% dintre adolescenți erau membri ai cel puțin unei rețele de socializare online, iar până în 2012, existau un miliard de abonați Facebook la nivel internațional. Studiile au arătat că milioane de preadolescenti sunt deja membri Facebook, chiar dacă site-ul stipulează că nimeni sub treisprezece ani nu ar trebui să aibă un cont. Adolescentul tipic trimite peste trei mii de mesaje text în fiecare lună!

„În ultimii 5 ani, numărul de preadolescenți și adolescenți care folosesc site-uri [social media] a crescut dramatic", a notat jurnalul Pediatrics în 2011. „Conform unui sondaj recent, 22% dintre adolescenți se conectează la site-ul lor preferat de socializare. de mai mult de 10 ori pe zi și mai mult de jumătate dintre adolescenți se conectează la un site de socializare de mai multe ori pe zi.

Șaptezeci și cinci la sută dintre adolescenți dețin acum telefoane mobile, iar 25% le folosesc pentru rețelele de socializare, 54% le folosesc pentru mesaje text și 24% le folosesc pentru mesaje instantanee." Rezultatele, concluzionează această publicație prestigioasă, sunt de rău augur: „Astfel, o mare parte a dezvoltării sociale și emoționale a acestei generații are loc pe internet și pe telefoanele mobile."

Adăugați la amestec statisticile tulburătoare privind pornografia pe internet, existența hărțuirii cibernetice și predominanța jocurilor de noroc și vedem o mulțime de motive pentru a fi îngrijorați că tinerii cu vârste cuprinse între opt și optsprezece ani petrec în medie peste zece ore pe un zi angajată cu tehnologia de o formă sau alta.

Noi, autorii, am fost adesea abordați de părinți care se simt îngrijorați de impactul media digitală asupra copiilor și care doresc să știe cum să controleze accesul copiilor lor la computere, jocuri și alte dispozitive digitale și când să introducă o astfel de tehnologie copiilor. Aceste capitole au fost scrise pentru a aborda astfel de preocupări. Cu toate acestea, ca și în cazul parentingului în general, nu este o chestiune de practici sau recomandări specifice. Am subliniat de-a lungul timpului că parentingul nu este un set de abilități și comportamente, ci mai presus de toate o relație. După cum afirmă epigraful acestei cărți, fără a înțelege relația, orice plan de acțiune va genera doar conflicte. Ceea ce oferim aici nu este o rețetă precisă, ci o înțelegere, o explicație, împreună cu linii directoare generale. Modul în care acestea se vor aplica fiecărui copil și fiecărei familii va depinde de capacitatea părinților de a promova relația necesară cu descendenții lor. Nu sunt posibile recomandări specifice vârstei – relația copilului cu părinții și nivelul său de maturitate emoțională dictează ce trebuie făcut. Este inutil să sugerăm reguli rigide aplicabile universal.

Cum, atunci, să înțelegem impactul transformării digitale asupra vieții copiilor noștri? Discernând contururile unui fenomen atât de mare și în care ne aflăm încă în mijloc, este ca și cum am încerca să determinăm forma unui nor care ne-a învăluit. Fără o cunoaștere de

lucru a celei mai importante unități umane – atașamentul – nu există nicio modalitate de a explica ceea ce a avut loc.

Atașamentul este cheia pentru a explica forma pe care a asumat-o revoluția digitală și este necesară înțelegerea orientării colegilor, în special, pentru a ține seama de faptele și cifrele implicate. Fără o astfel de înțelegere, faptele și cifrele sunt uluitoare. Nici, fără să apreciem centralitatea atașamentului în viața umană, nu putem explica popularitatea sălbatică a rețelelor sociale, dinamica agresiunii cibernetice sau atractivitatea seducătoare a jocurilor video și a pornografiei online - toate aspectele care trebuie explorate în continuare în aceste două capitole despre era digitala.

Mediul cultural în care a fost scrisă cartea noastră era deja caracterizat de orientarea crescândă a tinerilor noștri de la egal la egal, dar asta înainte ca Facebook să fie lansat și Twitter să apară pe scenă, înainte ca jocurile video să ne preocupe tinerii, iar pornografia online reprezenta 30 la sută. activitatea pe Internet și înainte ca cineva să fi crezut că în câțiva ani 90% dintre copiii cu vârste cuprinse între opt și șaisprezece ani vor fi văzut pornografie online. Medicii nu și-au exprimat încă îngrijorarea cu privire la efectele dăunătoare ale timpului pe ecran asupra sănătății copiilor și nici nu și-au emis încă avertismente cu privire la creșterea dependenței de internet.

Lăsând deoparte pornografia, unii s-ar putea întreba: „Ce este în neregulă cu tinerii care petrec atât de mult timp online, căutând informații sau diverse? Chiar avem o problemă aici?”

Când dispozitivele digitale au apărut pentru prima dată pentru a gestiona informații, s-a presupus că vor fi folosite fie pentru afaceri, educație sau divertisment. Oamenii de știință au dezvoltat Web-ul ca o cale de comunicare rapidă și eficientă a datelor complexe. Prima populație țintă pentru telefoanele mobile a fost comunitatea de afaceri; pentru calculatoare, era comunitatea școlară. La urma urmei, avem nevoie de informații pentru cercetarea științifică sau pentru a desfășura afaceri, iar școala înseamnă a transmite informații elevilor. Google a devenit public în 2004 cu misiunea sa de a organiza informațiile din lume și de a le face universal

accesibile și utile. Era informației sosise oficial. În acest context, am pus dispozitivele digitale în mâinile copiilor noștri.

DEFECTUL DE BAZĂ: Ignorarea atașamentului

A existat un defect de bază în ipotezele care au condus revoluția digitală. În centrul ființei noastre, nu sunt informații despre lume pe care o caută ființele umane, nici măcar divertisment. Când vine vorba de angajarea mecanismelor atenționale ale creierului nostru, nici informația și nici divertismentul nu au prioritate. De fapt, în ierarhia de importanță a creierului nostru, informațiile se situează foarte jos: este mai probabil să fie dezactivată decât acordată. Creierul filtrează majoritatea datelor senzoriale și cognitive care ajung la el, pentru a nu pierde din vedere ceea ce este esențial în orice moment. .

După cum am văzut în această carte, nevoia noastră principală și dominantă este împreună. Este o conexiune pe care o căutăm, nu informații concrete despre lume. Ființele umane – adesea ca adulți, dar mai ales ca creaturi tinere imature – sunt înfometate de informații nu despre lume, ci despre statutul nostru de atașament. Vrem asigurarea că aparținem celor care contează pentru noi. Suntem îngrijorați că suntem văzuți ca fiind similari cu cei pe care îi prețuim, că suntem importanți pentru ei și plăcut de ei, că suntem căutați și înțeleși de ei, că contăm. Suntem motivați să știm dacă suntem sau nu invitați în prezența altuia și ne prezentăm în speranța că această invitație va veni.

Afacerile nu sunt prioritatea noastră cea mai mare, nici învățarea, nici divertismentul. Ceea ce ne modelează interacțiunea mai mult decât orice alt factor este atașamentul, fie că interacționăm în persoană, prin poștă, prin telefon sau prin internet. Tehnologia poate fi nouă, dar dinamica este la fel de veche ca omenirea.

Nu este surprinzător și în concordanță cu perspectiva prezentată în această carte că tehnologia uimitoare concepută inițial pentru informații a fost pusă, în schimb, în serviciul căutării conexiunii. Și prin distragere și diversiune, a ajuns să acționeze și ca o compensare

pentru nevoile frustrate de atașament ale copiilor noștri. Dar compensarea unei probleme de bază nu poate rezolva niciodată dificultatea; nu poate decât să o înrăutățească. Pentru cei care sunt vulnerabili, media digitală creează dependență. Copiii noștri folosesc aceste mijloace mult mai puțin pentru a învăța decât pentru a forma și menține relații, cu atât mai puțin pentru a rezolva probleme decât pentru a scăpa de ele.

Odată ce înțelegem nevoia de unire, dilema umană de bază devine clară: cum să fim aproape când sunt despărțiți. Există multe aspecte ale acestei probleme: cum să ne simțim conectați cu oamenii de care suntem separați fizic; cum să experimentăm o senzație de apropiere atunci când de fapt nu ne simțim doriti; cum să obțineți un sentiment de semnificație; cum să ne simțim importanți atunci când parcă nu contăm pentru cei care contează pentru noi.

Putem „rezolva” problema recrutând zeci sau sute de „prieteni” pe Facebook care ne vor „aprecia”, fără nicio intimitate reală. Aceste scenarii sunt incredibil de atrăgătoare, deoarece ne oferă senzațiile trecătoare pe care ni le dorim atât de mult. Sunt sirenele noastre moderne. Ei ne duc acolo unde vrem să mergem fără nicio urmă de risc implicat, fără nicio bănuială despre ceea ce se află pe acea cale. Aceste remedieri ale atașamentului pot deveni mai atrăgătoare decât viața reală și pentru mulți tineri au. Este departe de a fi rar, de exemplu, să vezi părinți tineri ignorându-și copiii în timp ce sunt angajați în mesaje text și alte comunicări digitale.

Nu există, așadar, o modalitate sigură sau utilă de a prezenta tinerilor noștri beneficiile erei digitale? După cum vom arăta în capitolul următor, este o chestiune de timp. Copiilor și tinerilor li se poate acorda acces la tehnologie într-un mod sigur, dar numai atunci când sunt pregătiți pentru aceasta, când s-au dezvoltat suficient pentru ca utilizarea tehnologiei să le sporească creșterea, mai degrabă decât să o submineze. Între timp, treaba noastră este să nu le punem ispita în cale.

Până când nu sunt gata, ceea ce le oferă lumea digitală tinerilor nu este ceea ce au nevoie – de fapt, interferează cu ceea ce au nevoie, așa cum vom vedea în secțiunea următoare.

CONEXIUNILE DIGITALE LE PERMIT COPIILOR ORIENTATI PE PEER SĂ RĂmânE ÎMPREUNĂ CHIAR CÂND DESPARTĂ

Societatea tradițională era organizată în jurul atașamentelor ierarhice, multigeneraționale, nu a atașamentelor de la egal la egal. Casa a fost containerul pentru familie, iar satul a oferit echipamentele de susținere a atașamentelor. Îmi amintesc că i-am întrebat pe oameni din satul Rognes, unde ne-am bucurat de un an sabatic în Provence, de ce atât de puțini dintre ei erau angajați în rețelele sociale digitale.* Răspunsul a fost de obicei o variație despre „De ce am vrea, suntem cu toții aici. .” Nu este nevoie să înlocuiți conexiunea digitală atunci când sunteți deja cu cei care contează cel mai mult pentru dvs. Am avut o experiență similară recent în Bali.

Cu toate acestea, pe măsură ce orientarea către egali a luat rădăcini în civilizația occidentală, a început să apară o problemă. Școala a devenit terenul de reproducere al orientării către colegi și a funcționat, de asemenea, ca loc de adunare pentru copiii orientați spre egali. Receaua și ora de prânz și activitățile după școală cu colegii au devenit structurile de atașament care au înlocuit masa în familie, plimbarea în familie, timpul de joacă în familie și timpul de lectură în familie. Majoritatea copiilor orientați către colegi merg la școală pentru a fi cu prietenii lor, nu pentru a învăța despre lumea lor.

Cum se mențin copiii orientați spre colegii lor seara și în weekend și în vacanțe? Și ce zici când părăsesc școala? După cum știm cu toții și am experimentat, nu există nimic mai impactant din punct de vedere psihologic decât să ne confruntăm cu separarea de cei de care suntem atașați. Alarma rezultată este imensă, iar căutarea proximității este disperată. Motivația de a reduce decalajul devine consumatoare.

Cred că aceasta a fost forța care a transformat revoluția digitală în forma pe care o vedem acum. Amintiți-vă că atașamentul este cea mai puternică forță din univers. Dispozitivele digitale concepute pentru a servi școala și afacerile au fost reutilizate pentru a conecta cei orientați spre egali unul cu celălalt. Revoluția digitală a devenit,

pentru toate intențiile și scopurile, un fenomen de conectivitate socială.

Statisticile vorbesc de la sine. Utilizarea internetului este acum raportată a fi de 100% în rândul copiilor cu vârsta cuprinsă între doisprezece și douăzeci și patru de ani, cu 25% din timp petrecut interacționând pe rețelele sociale. Aceasta este o perioadă semnificativă de timp când luați în considerare, așa cum am observat, că o persoană medie de opt până la optsprezece ani petrece zece ore și patruzeci și cinci de minute pe zi utilizând dispozitive digitale.

Facebook și Renren (echivalentul său chinezesc) au permis, în esență, să dureze pentru totdeauna pauzele – acum copiii pot petrece timpul între ei cu normă întreagă. Aceste site-uri de rețele sociale au apărut în colegii pentru a-și servi studenții orientați spre colegi și au devenit acum instrumentele de conectare pentru cei orientați spre egali din întreaga lume.

Mă întreb adesea ce s-ar fi întâmplat dacă revoluția digitală s-ar fi produs înainte ca orientarea către egali să se impună, dar după ce mobilitatea în creștere, deficitul de locuri de muncă și ratele mari de divorț ne-ar fi separat de cei pe care îi iubim. Fără orientarea la egal la egal, poate că o cultură ar fi evoluat pentru a conecta digital copiii cu părinții și profesorii lor, unchii și mătușile, bunicii și bunicii. Părinții ar putea citi povești înainte de culcare copiilor lor prin aceste instrumente digitale atunci când sunt departe de casă; profesorii și elevii creând un context de conexiune pentru a facilita învățarea; bunicii se conectează cu nepoții lor când sunt departe.

Pe această ultimă notă, când soția mea și cu mine eram în Bali într-un mini-sabatic, am folosit mica conexiune la internet pe care o puteam ajunge la Skype nepoților noștri la fiecare câteva zile și ceva. Nu a fost ușor, deoarece antena care era în complexul nostru și care ne-a conectat la internet din sat a fost adesea dezactivată de păsările care aveau să aterizeze pe ea. Am devenit un expert în aruncarea pietrelor, motivat așa cum eram să fac conexiuni cu nepoții noștri de cealaltă parte a globului. Până în ziua de azi, am cel mai minunat răspuns pavlovian la tonul de apel Skype,

anticipând un timp împlinit de conectare cu cei dragi departe. Sunt mulți cei care folosesc dispozitive digitale și rețelele sociale în acest scop, iar acest lucru trebuie aplaudat. Dar faptele și cifrele sugerează că cei dintre noi care folosim rețelele sociale în acest fel nu suntem cei care modelează acest fenomen. Cei orientați spre egali sunt cei care conduc valurile Internetului.

REVOLUȚIA DIGITALĂ FAVORĂȘTE ORIENTAREA PEER ORIENTARE

Dacă orientarea către egali a modelat revoluția digitală, revoluția digitală favorizează și promovează orientarea către egali.

În primul rând, cei cu dispozitive digitale și competența tehnică de a le utiliza au mai multe șanse să se conecteze între ei. După cum poate depune mărturie orice adult care nu este priceput la tehnologie, care a încercat vreodată o telecomandă complicată, această dinamică îi favorizează cu siguranță pe tineri și relațiile dintre ei. În comparație, reunirea pentru a împărți o masă ar favoriza de obicei atașamentele multigeneraționale.

În al doilea rând, site-urile de rețele sociale, precum și tehnologia digitală în sine, dictează natura conexiunii, favorizând contactul superficial în detrimentul intimității emoționale și psihologice. Dispozitivele digitale în special și rețelele de socializare în general nu facilitează împărtășirea inimii noastre cu alte persoane, indiferent de tot ceea ce este în inimile noastre. Ceea ce este împărtășit este adesea artificial și superficial. Este dificil în a trimite mesaje text să ne transmitem plăcerea sau încântarea față de celălalt. Sclipirea ochilor și vocea caldă și îmbietoare sunt greu de transmis. În schimb, sunt subliniate dinamica superficială a asemănării – ne plac aceleași lucruri și aceiași oameni – mai degrabă decât cine suntem la bază. Nu există o auto-dezvăluire autentică care ne-ar face să fim cu adevărat cunoscuți. Semnificația – a fi important pentru cei cu care căutăm legătura – devine totul despre a face o impresie favorabilă, mai degrabă decât despre a căuta o invitație vulnerabilă de a exista în prezența celuilalt așa cum suntem noi cu adevărat. Ca atare, tehnologia ademenește și îi

recompensează pe cei cu atașamente superficiale: cei imaturi, cei nedezvoltați și cei orientați spre egali.

Psihologul MIT Sherry Turkle a intervievat sute de tineri despre viețile lor bazate pe web pentru cartea sa Alone Together. După cum a raportat Newsweek, „Oamenii îi spun că telefoanele și laptopurile lor sunt „locul speranței" în viața lor, „locul de unde vine dulceața".

În al treilea rând, tradițiile, ritualurile și tabuurile care au evoluat istoric pentru a proteja familia și atașamentele intergenerației nu guvernează lumea digitală. Culturile tradiționale, culturile în care relațiile multigenerației sunt încă onorate, sunt pline de obiceiuri despre cine trebuie să vorbească cu cine, ce fel de atingere este permisă, cine poate mânca cu cine, cu cine sunt împărtășite secretele etc. Aceste activități favorizează atașamentul și, prin urmare, trebuie controlate. Pentru ca o cultură să se reproducă singură și pentru ca creșterea copiilor să fie posibilă și eficientă, atașamentele ierarhice trebuie păstrate. Lumea digitală este relativ lipsită de orice obiceiuri sau ritualuri sau tabuuri care ar proteja atașamentele familiale și relațiile ierarhice.

Informațiile în sine nu sunt aranjate ierarhic, din punct de vedere al importanței sau validității. Totul este plat: egalitatea este regula. Chiar și majusculele pierd teren.

Astfel, orientarea către egali a devenit nu numai forța motrice a revoluției digitale și a instrumentelor sale, ci și rezultatul final al acesteia. Poate că am pus dispozitivele digitale în mâinile copiilor noștri din motive înțelese, dar aceștia, la rândul lor, au reutilizat aceste dispozitive pentru a se conecta între ele, atât la nivel individual, cât și la scară de masă. Rezultatul este o eroziune suplimentară dezastruoasă a solului pentru o dezvoltare umană sănătoasă.

VIDUL INTIMITATII DIGITALE

De ce ar trebui să ne preocupe atât de mult copiii și tinerii noștri care se conectează între ei prin intermediul dispozitivelor digitale? Chiar dacă nu este ceea ce au nevoie, atâta timp cât primesc ceea ce

au nevoie cu adevărat de la adulții din viața lor, nu ar trebui să fie în regulă? Nu pot exista diferite tipuri de activități de atașament, conexiunea socială digitală fiind doar un singur fel?

Această linie de raționament pare suficient de logică – dacă ar fi așa. Problema este că activitatea de atașament tehnologic pe care copiii noștri se angajează în acte ca o buruiană persistentă și omniprezentă care în cele din urmă preia grădina, alungând toate celelalte plante care sunt înrădăcinate acolo. În mod îngrijorător, conexiunile sociale mediate digital interferează cu ceea ce au cu adevărat nevoie copiii.

Întregul scop al atașamentului este acela de a găsi eliberarea, de a te putea odihni de nevoia urgentă de a găsi atașament. Creșterea emană din acest loc de odihnă. Când odihna nu poate fi găsită, dezvoltarea este oprită. Dacă activitatea de atașament nu duce la împlinire, nu poate înainta maturizarea: anxietatea este prea mare, vulnerabilitatea prea insuportabilă. Pentru creșterea emoțională, copiii trebuie să rămână vulnerabili și, pentru a putea rămâne vulnerabili, trebuie să se simtă în siguranță.

Cu urmăriri inutile și conexiuni goale, poftele nu fac decât să se agraveze, iar preocupările devin mai urgente și obsesive. Când mâncăm alimente goale, consumul de alimente crește. Cred că asta spune povestea rețelelor sociale. Paradoxal, Facebook nu are succes pentru că funcționează atât de bine, dar din motivul exact opus: nu funcționează. Atașamentul nu se oprește niciodată; urmărirea sau apropierea nu este niciodată săturată. După cum a spus cu înțelepciune medicul și cercetătorul Vincent Felitti, „Este dificil să obțineți suficient de ceva care aproape funcționează.” Foamea de atașament a tinerilor noștri agățați de web este nesățioasă și, prin urmare, creează dependență. În creierul dependenților de internet, cercetătorii au descoperit modificări biochimice și ale substanței albe similare cu cele din creierul persoanelor cu dependență de substanțe de droguri sau alcool.

Rădăcina problemei este că intimitatea digitală nu dă rezultate. Este, în esență, gol de elementele necesare pentru a-l duce la bun sfârșit. Asemenea unui fursec care este lipsit de elementele nutritive

de care organismul are nevoie, nu numai că este hrană goală, dar strică apetitul pentru hrana de care organismul are nevoie.

ȘASE MOTIVE PENTRU CARE INTIMITATEA DIGITALĂ ESTE GOLĂ

În interacțiunea digitală, invitația pentru atașament nu trece

Goliciunea intimității digitale este ilustrată în mod unic de un studiu care compară efectele fiziologice ale conexiunii live-voce versus mesajele text asupra fetelor tinere și a mamelor lor. Fetele au fost stresate de un test și apoi au fost invitate să ia contact cu mamele lor, fie prin voce, fie prin mesaje. Doar prima a promovat o scădere a hormonilor de stres ai acestor fete și a generat și hormoni de atașament reconfortanți.

De ce ar fi conexiunea digitală atât de ineficientă? Are de-a face cu ceea ce căutăm cu toții: afirmarea că suntem invitați să existe în prezența celuilalt. Acest mesaj este deosebit de important în fața eșecului sau inadecvării. Cum este transmis de obicei acest mesaj? Cuvintele sunt doar o parte din ea și probabil destul de insuficiente de la sine, mai ales în vorbirea trunchiată atât de tipică textului. În mod normal, judecăm această invitație după căldura din vocea celuilalt, zâmbetul pe care îl detectăm în ochii celuilalt. Odată ce am găsit ceea ce căutăm, ne putem întoarce să ne confruntăm cu conținutul lumii, știind că, indiferent de ceea ce se întâmplă, invitația este sigură. Alarma se risipește, adrenalina și cortizolul se diminuează, circuitele noastre de atașament sunt scăldate în hormonul dragostei oxitocină. Conexiunile mediate digital, în cea mai mare parte, nu ne pot oferi acea căldură împlinitoare a conexiunii și, prin urmare, nu pot oferi. După cum am observat deja și vom clarifica mai jos, unele forme de contact digital (cum ar fi Skype) pot servi și atașamente sănătoase. Este o chestiune de cine le folosește și în ce scop. În general, totuși, conexiunile digitale sunt un substitut neîmplinitor pentru atașamentele reale.

Apărările necesare pentru a se angaja în interacțiuni sociale neprotejate fac ca o astfel de interacțiune să fie neîmplinită

Sațierea este posibilă doar atunci când invitația de a exista în prezența celuilalt se cufundă de fapt. A fi împlinit emoțional este în esență o experiență vulnerabilă. Locul din care ne putem simți împliniți este exact acel loc din care ne putem simți rănile. Deci, dacă există vreo apărare împotriva posibilității de a fi rănit, pierderea este și capacitatea de a te simți satul.

Aceasta este povestea intimității digitale. Este în esență neprotejat - neprotejat pentru că nu are siguranța de a cultiva relațiile cu adulții - și, prin urmare, evocă o vulnerabilitate care este prea mult de suportat. Creierul nu are altă opțiune decât să se echipeze pentru interacțiunea rănitoare.

Atunci când obiectivul este intimitatea psihologică – pentru a fi cunoscut și înțeles – posibilitatea de a răni este atât de mare încât trebuie făcut totul pentru a ne asigura că este sigur să continuați. Apropierea psihologică este similară cu intimitatea sexuală în acest sens. Chiar și în cadrul unei relații sigure și angajate, cei mai mulți dintre noi nu s-ar gândi să ne angajăm într-o interacțiune sexuală rece. De obicei trecem printr-un proces de colectare și testare, chiar dacă nu suntem conștienți de ceea ce facem. Dacă nu putem primi invitația în ochi, unele zâmbete și unele încuviințări din cap, știm intuitiv că nu este sigur să continuăm. Chiar și în interacțiunea de zi cu zi, vom aduna ochii, câteva zâmbete și câteva încuviințări înainte de a continua. Acest lucru angajează instinctele de atașament ale celuilalt, crescând foarte mult probabilitatea ca celălalt să fie drăguț cu noi, să aibă grijă de noi, să facă lucrurile să funcționeze pentru noi, să fie de acord cu noi, să ne ia de partea, să ne păstreze secretele, să fie bun pentru S.U.A. A proceda fără acest ritual de încălzire înseamnă a cere necazuri: grosolănie, răutate, răutate, rănire, rușine și, bineînțeles, agresiune în toate formele și manifestările sale.

Problema de bază este că intimitatea digitală este angajată în frig. Este o pseudo-intimitate. Nu există un atașament preliminar pentru interacțiunea primară, nicio testare pentru a vă asigura că este sigur

să continuați. Acest lucru se întâmplă în fiecare zi cu mesaje text și e-mail, indiferent de prezentarea de sine care este furajul rețelelor sociale.

Când se adaugă anonimatul la această ecuație, există puține lucruri care să conțină partea întunecată a atașamentului. Amintiți-vă, majoritatea copiilor nu sunt drăguți în mod implicit decât dacă sunt prea nesiguri pentru a fi altfel. În general, devin drăguți în contextul atașamentului angajat. Internetul este un loc lipsit de maniere de atașament sau de reguli de implicare umană. Nu ar trebui să fim surprinși de răutatea care poate rezulta. În comparație, poate face sălile liceului să pară blânde.

Cum se adaptează copiii noștri la astfel de împrejurimi? În mod inconștient, creierul lor îi echipează pentru un mediu rănitor prin apărările obișnuite ale opririi sau detașării emoționale. Problema este cu costul: atunci când ne închidem emoțional sau ne detașăm, nu putem fi împliniți în același timp. Creierul copiilor noștri nu poate să-i protejeze și să-și păstreze capacitatea de sațiere. Rezultatul final este că nicio conexiune nu este suficientă; nu există completare, sublimare, eliberare. Copiii noștri orientați spre egali au fost luați ostatici de propria lor urmărire digitală unii pe alții, întemnițați de foamea lor nesățioasă. Cu cât caută mai mult, cu atât găsesc mai puțin.

După cum vom vedea, astfel de apărări împotriva vulnerabilității pot duce, de asemenea, la hărțuirea cibernetică, dependența de jocuri video și căutarea pornografiei.

Prezentarea de sine funcționează numai unu-la-unu

Facebook înseamnă să ne prezentăm în speranța că celor care contează pentru noi le va plăcea ceea ce văd. Este eficiența supremă prin faptul că este necesară o singură prezentare - trimitem aceleași informații către mai mulți oameni în același timp. Apoi rămâne la latitudinea telespectatorilor să răspundă. Această eficiență elegantă este esența problemei. Intimitatea psihologică nu funcționează în acest fel.

A te simți cunoscut este posibil doar în contextul unei relații intens personale. Nu ne simțim cunoscuți dacă ne expunem interiorul într-o carte sau într-o prelegere sau chiar pe YouTube. Nici destinatarii autoprezentării sau autodezvăluirii noastre nu se simt deloc speciali pentru toată revelația noastră direcționată de grup. Partenerul din intimitatea psihologică, ca și partenerul care face dragoste, trebuie să aibă sentimentul că el sau ea a fost ales în mod specific și că darul sinelui nostru i-a fost dat în mod special. Orice altceva reduce interacțiunea. A ne prezenta are sens, atât pentru primitor, cât și pentru donator, doar dacă este destinat personal. Când este scoasă din contextul unei relații intens personale și din procesul de decizie de a ne dezvălui altuia, autodezvăluirea pur și simplu nu dă rezultate.

Din acest motiv, mulți dintre noi care prețuiesc intimitatea psihologică autentică nu pot participa la Facebook. Eu unul nu aș vrea niciodată să citesc postările copiilor mei adulți sau să ajung să aflu despre ei în acest fel. Vreau să-i cunosc cu adevărat, nu să știu despre ei – există o lume a diferențelor. A le cunoaște implică autodezvăluirea volitivă din partea lor, făcută personal tatălui lor. Aș vrea și aș aștepta nimic mai puțin. Orice altceva ne-ar lăsa pe amândoi să ne simțim goali.

Nu există satisfacție atunci când este implicată manipularea

Pentru majoritatea copiilor și tinerilor, rețelele sociale implică gestionarea imaginii lor cu scopul de a face impresie și de a le crește statutul în rândul semenilor lor.

Rezultatul este ceea ce scriitorul Newsweek Tony Dokoupil a numit „evaporarea sinelui autentic”, citând munca lui Sherry Turkle. „Ceea ce am învățat în liceu”, i-a spus un adolescent Dr. Turkle, „au fost profiluri, profiluri, profiluri; cum să faci un eu.”

Cu toții vrem să fim plăcuți, desigur. Dar cu cât facem mai mult pentru a influența verdictul, cu atât verdictul devine mai puțin împlinit. Dacă reușim să obținem un verdict bun, ne-a plăcut doar ceea ce am făcut sau impresia pe care am creat-o ne-a plăcut, nu eul

nostru adevărat. Deci nesiguranța noastră crește – și odată cu ea și obsesia noastră pentru managementul imaginii. Este un ciclu în continuă escaladare. De ce am vrea vreodată să vizităm această nevroză la copiii noștri?

Vor ajunge acolo mai devreme decât mai târziu, dar cu o oarecare maturitate vor putea rezista tentației de a lua scurtături spre nicăieri. În ciuda promisiunii și atractivității sale, managementul imaginii este un joc pentru învinși în toate sensurile termenului. Însăși natura urmăririi descalifică rezultatul.

Nu este surprinzător să constatăm că tinerii care sunt cei mai implicați cu internetul sunt, de asemenea, mai predispuși să sufere de probleme emoționale. Dr. Larry Rosen, fost catedră și profesor de psihologie la Universitatea de Stat din California–Dominguez Hills, a descoperit în cercetarea sa că există o „legătură puternică între utilizarea internetului, mesageria instantanee, e-mailuri, chat și depresie în rândul adolescenților" și, de asemenea, „relații puternice între jocurile video și depresie."

Copiii noștri au nevoie de inocența lor atâta timp cât le putem oferi asta. Rafinamentul social – a prezenta aparențe în timp ce pretinde că nu le pasă de rezultat, ceea ce am putea numi „boala răcorului" – le va refuza copiilor noștri hrana emoțională necesară maturizării.

Nu există împlinire decât dacă prevederea este mai mare decât urmărirea

După cum s-a subliniat mai devreme, un ingredient cheie al interacțiunilor cu atașamentul este că furnizarea trebuie să fie mai mare decât urmărirea. Implinirea nu este despre egalitate sau reciprocitate sau despre contact la cerere. Interacțiunea este incompletă și inutilă, cu excepția cazului în care îmbrățișarea este întâmpinată cu o îmbrățișare mai mare, la „te iubesc" îi răspunde ceva mai mult, dorința de validare a trus. Acest lucru, totuși, nu este în natura interacțiunii orientate către egali în general, sau a internetului sau a conectivității digitale în special, unde

interacțiunile tind să fie egale, neutre, cool. Acea invitație entuziastă de a exista în prezența cuiva este domeniul adulților responsabili pentru copii. Nu este chestia conectivității sociale digitale.

Intimitatea digitală strică apetitul pentru ceea ce are cu adevărat nevoie un copil

După cum sa spus anterior, golul intimității digitale este adâncit de faptul că strică apetitul pentru tipul de conexiune care de fapt ar edifica. Prin promovarea orientării către egali și a activităților care creează dependență, înlocuiește conexiunile sănătoase ale adulților și, astfel, le refuză copiilor nevoia esențială de a îndeplini interacțiunile umane.

Șoarecii ale căror circuite de recompensă sunt în mod continuu stimulate electric vor muri de foame, deoarece nu vor căuta hrană. Stimularea creierului copiilor noștri cu tehnologia digitală îi va îndepărta în mod similar de ceea ce îi va hrăni cu adevărat.

Această dinamică se află în spatele celor mai negative și insidioase efecte ale jocurilor video, pornografiei și conexiunii sociale mediate digital. Aceste activități emoționează în mod direct centrii de atașament-recompensă din creierul copiilor noștri, făcându-i neinteresați de tipul de interacțiune care ar putea duce la adevărata împlinire și sațiere. Chiar și tipul de autoprezentare pe care o fac pe Facebook declanșează aceleași circuite de atașament-recompense. Aceste fixări ale atașamentului strică apetitul pentru interacțiunile care ar putea hrăni și satura cu adevărat.

Nu ar trebui să fie surprinzător faptul că timpul în familie a scăzut cu o treime în ultimul deceniu, chiar dacă a fost constant cu decenii înainte, sau că cei care petrec mai mult timp jucând jocuri video au atitudini mai puțin pozitive față de părinți. Un studiu australian a constatat că utilizatorii Facebook s-au simțit semnificativ mai puțin apropiați de familia lor. Studiul nu a răspuns la întrebarea ce a fost primul, dar indică natura concurentă a conexiunii.

Cei mai mulți dintre noi putem simți că ecranele ne iau copiii de lângă noi. Nu avem nevoie de cercetare pentru a ne spune acest

lucru. Ceea ce trebuie să știm este că prin ecranele lor nu pot primi ceea ce au nevoie cu adevărat. Încă suntem cel mai bun pariu al lor.

John Cacioppo, probabil cel mai important expert mondial în singurătate, citează un experiment în cartea sa Loneliness, publicată în 2008, în care efectele diferitelor tipuri de contact sunt comparate în capacitatea lor de a reduce singurătatea. Rezultatele au fost fără echivoc. Cei cu o frecvență mai mare de interacțiuni online au fost cei mai singuri dintre toți. Cei cu o proporție mai mare de interacțiune față în față au fost cei mai puțin singuri.

Sherry Turkle surprinde golul intimității digitale în cartea sa Alone Together. Titlul spune povestea și, intuitiv, ea articulează cu siguranță esența problemei. „În aceste zile, nesiguri în relațiile noastre și îngrijorați de intimitate, căutăm în tehnologie modalități de a fi în relații și de a ne proteja de ele în același timp." Ea continuă: „Legăturile pe care le formăm prin internet nu sunt, în cele din urmă, legăturile care leagă. Dar ele sunt legăturile care preocupă."

Incompletitudinea intimității este ceea ce determină urmărirea obsesivă. Această urgență necruțătoare este ilustrată de faptul că aproape jumătate dintre utilizatorii Facebook cu vârsta cuprinsă între optsprezece și treizeci și patru de ani se conectează la câteva minute după trezire, majoritatea chiar înainte de a se trezi. Nu este deci surprinzător să descoperi că intimitatea digitală poate crea mai multă dependență decât țigările sau alcoolul.

Așadar, ironia supremă este următoarea: dispozitivele digitale pot fi într-adevăr soluția aparentă la problema noastră umană de bază - cum să fim aproape atunci când despărțiți - dar nu suficient pentru a ne elibera de căutarea necruțătoare a apropierii. Pentru cei orientați către egali, conectarea digitală a devenit tragic singura modalitate de a rămâne aproape de cei care contează pentru ei, singura modalitate de a vă conecta fără a fi vulnerabil.

JOCURI, HĂDĂRÂNIREA CYBER ȘI PORNOGRAFIA CA FENOMENE DE ATASAMENT

Jocurile video pot părea o urmărire inocentă, dar tocmai pentru că oferă o pseudo-satisfacție pentru nevoile de atașament nesatisfăcute, pot crea o dependență extraordinară.

A fi important, a simți că contăm, a avea o imagine de sine a stăpânirii autentice se poate dezvolta doar în relațiile cu oamenii cărora le pasă de noi. Ele sunt rezultatele unor atașamente sănătoase. Atunci când aceste nevoi nu sunt satisfăcute, deoarece nu sunt pentru copiii orientați spre egali, putem compensa prin fantezie și prefăcătorie. Spre deosebire de fantezia creativă sau, să zicem, cărți, jocurile sunt extrem de captivante, cu recompense imediate și o adevărată atracție captivantă. Putem deveni „stăpâni ai soartei noastre" și „învingători" într-o realitate virtuală, care devine, de asemenea, locul în care putem acționa o parte din agresivitatea noastră reținută, din nou ca rezultat al impulsurilor de atașament nesatisfăcute.

După cum sa discutat în capitolul 11, hărțuirea este un alt fenomen aberant de atașament. Instinctele noastre alfa – dorința de a domina într-o relație – ar trebui să sprijine preluarea controlului pentru a avea grijă de cei vulnerabili. Cu toate acestea, atunci când persoana alfa devine apărată împotriva vulnerabilității grijii și responsabilității, el sau ea este îndemnată să exploateze și să atace pe cei vulnerabili. Am numit această perversie specială „alfa rătăcită". Mai degrabă decât să fii emoționat să-i acopere pe cei expuși, să-i hrănești pe cei vulnerabili, să-i aperi pe cei naivi, cineva este emoționat mai degrabă să-i expui și să-i stânjenești, să-și afirme superioritatea prin suprimare. Aceasta este ceea ce vedem, în special având în vedere protecția anonimatului pe care Internetul o oferă potențialilor bătăuși.

Bullying-ul, inclusiv rușinea sexuală și insultarea homosexualilor, este, din păcate, prea răspândită pe site-urile de socializare și în comunicațiile online.

Observăm că majoritatea interacțiunilor din copilărie reflectă dinamica atașamentului - căutarea apropierii. Sexul înseamnă și apropiere. Sexualitatea noastră nu este mai dezvoltată decât capacitatea noastră de intimitate. Când există probleme în

dezvoltarea atașamentului, există probleme corespunzătoare în sexualitatea noastră. În mod ideal, a face dragoste ar trebui să fie un răspuns la o invitație la intimitate care nu este doar exclusivă, ci și sigură. În caz contrar, potențialul de rănire este prea mare de suportat.

Când atașamentul devine prematur sexualizat, așa cum este și cu cei orientați spre egali, răspunsul la nevoile noastre de atașament ne poate părea ca fiind sub forma interacțiunii sexuale, chiar dacă fantezis.

Având în vedere locul de joacă virtual în care copiii sunt expuși – și adesea se expun – asistăm acum la unirea problemelor de agresiune cu sexualitatea imatură. Pentru tipul de bătăuș, oportunitatea de a exploata cei vulnerabili este prea mult pentru a rezista. În astfel de condiții, este probabil ca o persoană să relaționeze sexul cu dorința de a poseda sau de a aparține, mai degrabă decât cu o conexiune emoțională profundă. În loc de dorința de intimitate, fanteziile sunt mai susceptibile să fie de dominație și exploatare. Nu e de mirare că hărțuirea sexuală cibernetică este răspândită în rândul copiilor și adolescenților, ca să nu mai vorbim despre adulții imaturi atrași de seducția nonvulnerabilă a pornografiei. Oamenii pot avea acum sentimente sexuale intense fără nicio vulnerabilitate. Acest lucru poate fi, bineînțeles, adevărat chiar și fără media digitală, dar impersonalitatea, instantaneitatea și anonimatul internetului alimentează cu atât mai mult o astfel de dinamică.

După ce ne-am pierdut copiii în lumea cibernetică, nu îi mai putem proteja de lupi.

---

*Ca și în secțiunile anterioare ale cărții, pronumele personal I se referă în fiecare caz la Gordon Neufeld.

20 O CHEIE DE CRONOMETRAJ

EXISTĂ CEVA în mod inerent rău despre dispozitivele digitale? Ar trebui să ne împiedicăm copiii să se implice? Cu siguranță nu și nu am putea chiar dacă am încerca. Revoluția digitală este ireversibilă. Nu este nimic inerent rău la aceste dispozitive; preocuparea este cu privire la utilizarea lor, mai ales în mâinile copiilor noștri. Când să introduceți și când să descurajăm o astfel de utilizare este întrebarea.

Este nevoie de mult timp pentru ca o societate să se adapteze la progresele tehnologice majore, creând ritualuri și rutine și restricții care maximizează beneficiile și minimizează pericolele. Nici măcar nu ne-am ajuns din urmă cu noi înșine în ceea ce privește filmele și televiziunea, indiferent de telefonul mobil, computerul, Google și rețelele sociale. Având în vedere pagubele deja făcute, nu avem mult timp să le rezolvăm.

Avem multe precedente pentru a face față lucrurilor care sunt inevitabile, chiar bune, dar cu efecte secundare potențial dăunătoare pentru copii. Luați sexul, de exemplu. Sexul este bun, dar nu pentru copii. Este o experiență supremă de legătură care eliberează substanțe chimice superglue în creier, cuplându-ne pentru procreare și responsabilitățile parentale care vin după. Nu trebuie să se joace cu el, mai ales de către copii. Trebuie să controlăm activitatea sexuală până când există o anumită pregătire pentru dezvoltare.

Alcoolul poate fi un lubrifiant social de sărbătoare, parte din ritual și sărbătoare, dar nu este nici pentru copii. Anesteziază sistemul de alarmă care este menit să ne țină departe de necazuri.

Alcoolul este peste tot, dar ca părinți încercăm să controlăm accesul la el până când copilul este suficient de matur pentru a se descurca.

Cookie-urile sunt bune. La fel ca majoritatea deserturilor, pot fi destul de tentante. Lumea unui copil este plină de dulciuri, prăjituri și deserturi. În cea mai mare parte, facem o treabă destul de bună de a controla accesul. Nu interzicem deserturile, în ciuda faptului că sunt relativ lipsite de nutrienți. Controlăm timpul. După cină este regula, cel puțin până când copilul este suficient de matur pentru a-și fi format intenții sănătoase și pentru a controla impulsurile. Cu alte cuvinte, prăjiturile sunt în regulă atâta timp cât un copil este plin de lucruri bune. Cu cât un copil simte mai puțin nevoia de prăjitură, cu atât mâncarea goală este mai puțin dăunătoare.

Timpul este întotdeauna problema cheie în dezvoltarea sănătoasă. Pentru orice există un anotimp. Secretul pentru gestionarea experiențelor potențial dăunătoare nu este interzicerea, care poate fi un exercițiu în inutilitate și poate acționa ca un declanșator puternic al contravoinței.*

Secretul reducerii daunelor constă în sincronizarea lucrurilor. Ne dorim ca copiii să fie împliniți cu ceea ce au nevoie cu adevărat înainte de a avea acces la ceea ce le-ar strica apetitul pentru ceea ce au cu adevărat nevoie.

Pentru sex, momentul nu este cu siguranță înainte ca capacitatea de relație să se dezvolte pe deplin, nu înainte să se formeze o relație exclusivă în care se experimentează intimitatea emoțională și psihologică și nu înainte ca capacitatea de a-și lua și de a respecta angajamente să se dezvolte. Interacțiunea sexuală prematură, precum accesul prematur la cookie-uri, strică apetitul pentru lucrul real: dragostea profundă.

Pentru alcool, momentul potrivit nu este înainte să ne facem curajul de a ne înfrunta temerile și nici înainte să acceptăm și să putem păstra ritualurile care reglează aportul. Alcoolul reduce sentimentele de vulnerabilitate și poate fi ușor abuzat folosindu-l în acest scop. Tentația ar fi copleșitoare dacă nu am ajuns mai întâi să îmbrățișăm realitatea cu loviturile și vânătăile ei, dacă am ajuns să

acceptăm sentimentele de gol și pierdere. Problema cu alcoolul folosit prematur este că strică apetitul pentru realitate.

Există două principii cheie în gestionarea acestor pericole, în expunerea tinerilor la potențiale seducții de pe calea spre totalitate. O astfel de expunere ar trebui să aibă loc după ce un copil este plin de ceea ce este necesar și numai atunci când el sau ea este suficient de matur pentru a se ocupa de deciziile implicate. Facem acest dans cu prăjituri și alte dulciuri de mii de ani. Dar apoi, suntem în preajma dulciurilor de mii de ani. Nu avem suficient timp să reinventăm roata aici. Trebuie să aplicăm ceea ce am învățat la noile provocări cu care ne confruntăm. Trebuie să gestionăm accesul copiilor noștri la lumea digitală cât mai putem, pentru a controla timpul de lucru. Trebuie să ținem din cale tentațiile tentante, sirenele la îndemână. Trebuie să fim suficient de tampon pentru lumea digitală pentru a oferi spațiu și timp pentru interacțiunea împlinită de care are nevoie un copil și pentru ca copilul să devină suficient de matur pentru a gestiona deciziile care implică interfața lui cu lumea. Trebuie să încetinim lucrurile, să amânăm oarecum lucrurile.

Această conștiință nu este acolo în comunitatea părinților sau a profesorilor. Potrivit unui sondaj de la Universitatea din California de Sud, 89 la sută dintre părinții de astăzi nu consideră că timpul petrecut de copiii lor pe internet este o problemă.

Jean-Jacques Rousseau a spus că una dintre cele mai importante responsabilități ale părinților este să acționeze ca tampon între copil și societate. Dacă acest lucru era adevărat în secolul al XVIII-lea, cu cât mai mult este adevărat astăzi? Părinții de astăzi au devenit agenți ai societății, mai degrabă decât tamponi pentru societate. Majoritatea părinților presupun că copiii au nevoie de conexiune cu semenii lor, trebuie să fie distrați pentru a scăpa de plictiseală și au nevoie de acces imediat la informații. 10% dintre părinții intervievați au fost îngrijorați de faptul că copiii lor nu sunt suficient de pe internet. Le era teamă că copiii lor vor rămâne în urmă. Părinții de astăzi sunt mai dispuși să-și încredințeze copiii unei societăți digitalizate decât designului de dezvoltare al naturii.

După ce ne-am pierdut rolul tampon și acum acționând ca agenți ai societății, este mai probabil să punem tentația în calea copiilor noștri. Ce s-ar întâmpla dacă punem fursecurile peste tejghea și scoatem alcoolul din dulap și eliminăm restricțiile privind contactul sexual? Cu toate acestea, punem televizoare în dormitoare și telefoane mobile în buzunare și le oferim acces nelimitat la dispozitivele digitale personale.

Puțini adulți își pot descurca aventura cu internetul; de ce ne așteptăm ca copiii noștri să poată face asta?

Un raport scris de Gwenn Schurgin O'Keeffe în 2010 a dezvăluit că chiar și familiile care se luptă să pună mâncare pe masă „vor oferi copiilor lor un dispozitiv digital pentru că își doresc să facă parte din societate".

Părinții sunt prea îngrijorați că copiii lor vor fi inadaptați dacă nu sunt conectați la priză. Ar trebui să fim mult mai preocupați să ne ajutăm copiii să își realizeze potențialul ca ființe umane.

Orbirea din jurul acestei tehnologii digitale seamănă mult cu orbirea din jurul fenomenului de orientare la egal la egal. Ceea ce este normal este judecat după ceea ce este tipic, nu după ceea ce este natural sau ceea ce este sănătos. Această orbire a fost exacerbată de povestea noastră de dragoste cu tehnologia și de presupunerea naivă că ceea ce este bun pentru adulți trebuie să fie și pentru copii.

Deci, cum se transmite mesajul? Mulți par să bănuiască că, dacă cineva plouă la parada digitală, acea persoană trebuie să fie fie un ludit, fie un reacționar. Criticii sunt adesea respinși ca fiind alarmiști. Deci, cum se convinge comunitatea de părinți și profesori de spațiul de care are nevoie un copil pentru a se maturiza? Societatea de astăzi nu va face asta pentru noi. Suntem pe cont propriu. De aceea avem nevoie de o conștiință colectivă și de un limbaj cu care să putem vorbi unii cu alții.

ESTE UN TIMP ȘI UN SEZON PENTRU CONEXIUNEA SOCIALĂ DIGITALĂ

Acel timp este după ce copiii sunt săturați de contactul adulților.

Odată ce copilul este plin de mâncarea care zidește, deserturile sunt o plăcere relativ inofensivă. În acel moment, ne putem permite să fim mai relaxați în controlul nostru. La fel și cu foamea de atașament. Cel mai rău lucru pe care îl putem face este să trimitem copilul departe de noi flămând. Făcând acest lucru, nu face decât să pregătească terenul pentru orientarea colegilor și apoi pentru utilizarea generalizată a dispozitivelor digitale care le permit tinerilor imaturi să rămână în contact cu semenii lor.

Ne întoarcem la necesitatea de a avea ritualuri, rutine și activități în care să le putem aduna ochii, zâmbetele și încuviințarea lor, pentru niciun alt scop decât să le umplem și să le ajutăm să le inoculăm împotriva dependenței de atașament care îi afectează prietenii. Au nevoie de această doză de conexiune împlinită dimineața înainte de a pleca la școală. Au nevoie de asta după școală când ajung acasă. Au nevoie de asta la mesele de familie și la momente speciale de familie. Au nevoie de asta înainte de a merge la culcare. Treaba noastră este să trecem peste invitația noastră la ei de a exista în prezența noastră, astfel încât să nu fie nevoie să o căutăm în altă parte. Cea mai bună imunizare împotriva folosirii dispozitivelor digitale pentru conexiunea socială este un copil bine săturat.

Sezonul conexiunii digitale vine atunci când un copil este suficient de dezvoltat și matur pentru a-și păstra propria personalitate. Când se întâmplă acest lucru, nu poate fi prescris prin formular, ci depinde de cele mai bune cunoștințe intuitive ale părinților despre copilul lor.

Cu cât putem cultiva mai profund relația cu copiii noștri, cu atât ei se pot ține mai mult de noi când nu sunt fizic cu noi. Nu este nevoie de conectivitate digitală atunci când sunt capabili să reziste în moduri mai profunde. Face rețelele sociale în mare măsură redundante. Putem reduce necesitatea conexiunii digitale cultivând soluția naturală la această problemă de a rezista în timp ce sunt departe. Natura, ne vom aminti, are deja răspunsuri despre cum să păstrați apropierea atunci când sunt separate. După cum am

subliniat mai devreme, acestea sunt: a fi plăcut de, a-i aparține, a fi pe aceeași parte cu, a-i fi drag, a fi important, a fi atașat la inimă și, în sfârșit, a te simți cunoscut de. Cu toate acestea, aceste modalități naturale de atașament necesită timp, precum și condițiile potrivite pentru a se dezvolta. Trebuie să avem răbdare pentru ca acest lucru să se întâmple. Odată ce un copil se poate ține de noi atunci când nu este în prezența noastră, nu mai este nimic de îngrijorat.

Același lucru este valabil și pentru copiii noștri cu prietenii lor. Odată ce copiii sunt mai pe deplin dezvoltați în capacitatea lor de relații, ei vor avea tendința de a-și alege singuri prieteni la același nivel de intimitate. Copiii care se pot atașa la inimă vor fi mai atrași de prietenii care le schimbă. Copiii care vor să fie cunoscuți vor tinde să aleagă prieteni care și-au dezvoltat această capacitate de apropiere. Atunci când copiii au atașamente mai profunde unul față de celălalt, se pot ține unul de celălalt atunci când sunt despărțiți. Acest lucru face rețelele sociale mai puțin atrăgătoare și mai puțin captivante.

Asocierea inversă dintre capacitatea de intimitate și utilizarea Facebook a fost surprinsă de un studiu realizat de Universitățile din Buffalo și Georgia. Constatarea de bază a fost că, cu cât conexiunile emoționale ale oamenilor sunt mai profunde, cu atât au petrecut mai puțin timp pe Facebook. Acest lucru are sens perfect atunci când înțelegeți funcția de bază a rețelelor sociale. Conexiuni mai superficiale ar fi inutile și, de asemenea, mai puțin atrăgătoare. Cu cât un copil este mai bine dezvoltat, cu atât este mai imunizat împotriva poftei de conexiune digitală. Deci, de departe, cea mai bună prevenire pentru o preocupare obsesivă pentru intimitatea digitală este dezvoltarea relațională sănătoasă. Există un sezon pentru conexiunea digitală, dar mai ales mai târziu și mai ales după ce natura își poate face drumul cu copiii noștri. Treaba noastră este să fim moașe la acest proces, făcându-le cât mai ușor posibil pentru copiii noștri să se atașeze de noi.

Soluția finală de a fi preocupat de atașament este să nu depinzi atât de mult de atașamente pentru a funcționa. Singura modalitate de a ajunge acolo este prin a deveni viabilă ca ființă separată.

Aceasta este dorința supremă de dezvoltare, dar din nou necesită mult timp și condiții care sunt favorabile. Cu cât copilul este mai individualizat, cu atât este mai autonom din punct de vedere emoțional, cu atât are mai puțin nevoie de soluțiile digitale inventate de o societate care se desface.

Nu există o scurtătură spre individuare. Persoana trebuie crescută. Acei adolescenți care vor să fie ei înșiși și care se pot ține cu adevărat de ei înșiși atunci când sunt în compania semenilor lor nu au nevoie de rețele sociale pentru a funcționa. Cu cât copiii au mai puține nevoie de rețele sociale, cu atât sunt mai puține șanse să fie afectați de aceasta. Dar pentru a aduce adolescenții în acest loc în dezvoltare, trebuie mai întâi să ne ținem de ei. Pentru a sublinia un punct pe care l-am spus mai devreme: pentru a promova independența, trebuie să invităm dependența.

SUGESTII PENTRU CONTROLUL ACCESULUI DIGITAL ÎNTRE TIMP

Pentru a crea spațiul în care să aibă loc interacțiunea de hrănire și pentru a câștiga timp pentru a ajunge în sezonul în care copiii nu mai simt o astfel de nevoie de conexiune mediată digital, trebuie să încercăm să ținem tentația în afara lor.

Cel mai bine este să începi devreme cu asta dacă poți. Ca și în cazul uitării la televizor, care pentru copiii mei era limitat la o jumătate de oră pe zi, la fel ar trebui să construim structurile și ritualurile pentru a menține accesul digital sub control.

Nu știu că există răspunsuri simple. Se pare că fiecare părinte trebuie să-și găsească drumul în acest moment. Noi, ca părinți, avem totuși mult loc de îmbunătățire, chiar și în ceea ce privește televizorul. Statisticile sugerează că nu ne descurcăm prea bine. În 64 la sută din case, televizorul este pornit în timpul meselor. În 45 la sută din case, televizorul este pornit de cele mai multe ori. Șaptezeci și unu la sută dintre copii spun că au un televizor în dormitor și 50% au un jucător de jocuri video. Doar 28 până la 30% dintre copii indică faptul că părinții lor au reguli privind vizionarea

la televizor și utilizarea jocurilor video. Doar 30% dintre părinți limitează timpul la calculator al copiilor.

Dar încă o dată, cel mai bun moment pentru a permite conexiunea mediată digital este după perioadele de conexiune caldă împlinită. Nu ar trebui să limităm pur și simplu fără a răspunde cu adevărat nevoii de bază. Pentru a proteja aceste momente de conexiune împlinită, trebuie să creăm zone fără digitalizare în casele noastre și în programul nostru. Orele de masă, orele de familie, serile și orele de culcare sunt cele mai importante pentru a ne feri de activitățile digitale, atât pentru a crea spațiul care să ofere conexiunea de care au cu adevărat copiii noștri, cât și pentru a încetini obsesia.

Când lucrați cu copiii mai mari, este important să-i aducem la o parte cu intenții bune pentru a onora limitele și structurile pe care le-am creat și credem că sunt cele mai bune pentru ei. (Reamintim, discutăm despre evocarea intențiilor unui copil în capitolul 16.) Din cauza naturii Internetului și a gradului de acces deținut de majoritatea copiilor, avem nevoie de cooperarea lor în aceste chestiuni. Încercările de a le aduce la dispoziție ar trebui făcute atunci când relația părinte-copil este cea mai bună și influența este cea mai mare, nu în mijlocul frustrării și necazurilor. Dacă părintele evocă efectiv bunele intenții ale copilului, atunci problema nu este atât de gravă, cel puțin nu încă.

Dacă copilul nu-și poate îndeplini intențiile sau este ascuns în privința problemei, atunci problema se află mai profund în relația dintre părinte și copil și trebuie abordată. Nu ar trebui să fim prea surprinși. O astfel de dependență de atașament ne spune că copilul este scăpat de sub control și are nevoie de ajutorul nostru, nu de mai multe țipete.

Când un copil este scăpat de sub control, constrângerea și „consecințele” nu vor face decât să amplifice problema, adăugând straturi de contravoință și frustrare dinamicii. Nu putem controla un copil care nu se poate controla pe sine. Această problemă trebuie rezolvată prin înlocuirea activităților digitale cu altele care să-l conecteze pe copil cu noi. Și, pe cât posibil, trebuie să limităm accesul digital indirect, oferind copilului lucruri pe care să le facă,

care nu trebuie să implice ecrane și gadget-uri. Aceste măsuri sunt menite să câștige ceva timp și să ne permită să punem piciorul în ușa relației. Este atașamentul copiilor noștri față de noi care trebuie încălzit și hrănit. Doar pe măsură ce le împlinim foamea de atașament poate diminua dorința lor de conexiune digitală.

Când ne confruntăm cu un comportament de atașament care provoacă dependență, nu trebuie să fim prinși în lupte împotriva simptomelor, ci mai degrabă să ne retragem pentru a aborda problema principală. Ca întotdeauna, primul considerent este relația; de aici rezultă tactici și metode. Vom spune mai multe despre asta mai jos.

CÂND TREBUIE INTRODUCERE COPIILOR JOCURI VIDEO?

În ciuda argumentelor potrivit cărora jocurile video pot duce la îmbunătățiri ale abilităților cognitiv-motorii specifice, nu există dovezi că aceste îmbunătățiri izolate sunt unice pentru jocurile video sau nu s-ar întâmpla oricum ca urmare a dezvoltării normale. Mai semnificativ, nu există absolut nicio dovadă de creștere a puterii creierului, maturizării creierului sau maturizării psihologice. Există, totuși, o mulțime de preocupări cu privire la efectele secundare fiziologice și pasivele de dezvoltare ale petrecerii timpului în fața ecranelor. Aproape lunar apar noi dovezi cu privire la efectele adverse asupra unor lucruri precum ciclurile de somn, dezvoltarea vederii, dezvoltarea fizică și așa mai departe.

După cum am afirmat, jocurile video reprezintă o activitate de atașament. Centrele de recompensă implicate în jocuri sunt tocmai cele care sunt concepute pentru a conduce copiii în relații. În mod tradițional, a fost la latitudinea culturii să construiască infrastructura de atașament. Cu toate acestea, cultura jocurilor de noroc nu a evoluat având în vedere educația parentală. Deci, jocurile video sunt, în mod implicit, o activitate de atașament concurent. Copiii nu reușesc să caute proximitatea cu familia lor atunci când joacă jocuri video; mai rău, activitatea în sine strică dorința de legătură cu familia.

Jocurile au fost întotdeauna importante pentru dezvoltare. Dar anumite tipuri de jocuri sunt esențiale: jocuri care exersează corpul, jocuri care duc la stăpânirea abilităților de viață, jocuri care leagă generațiile, jocuri care promovează cooperarea. Este greu să argumenteze că majoritatea jocurilor video de astăzi ar îndeplini aceste funcții.

O funcție importantă a jocurilor este de a ajuta copiii să dezvolte rezistența atunci când se confruntă cu experiențele de pierdere, pierdere și lipsă. Viața este plină de eșecuri, iar jocurile oferă copiilor șansa de a se adapta la astfel de experiențe la un pas. Fie că este vorba de a pierde într-un joc de cărți, de a pierde într-un joc de cuvinte, de a pierde într-un meci de fotbal sau de a pierde la bowling, totul este o pregătire pentru a face față pierderii și lipsei în viață și în relații.

Pentru a ne antrena pentru pierderile și înfrângerile inevitabile pe care viața ni le va aduce – pentru a ne adapta – trebuie să trăim și să acceptăm tristețea pierderii și inutilitatea de a ne dori ca aceasta să nu fi avut loc. Jocurile video de astăzi lipsesc remarcabil în acest sens. Întâlnirea cu inutilitatea nu este niciodată suficient de lungă pentru a fi simțită și, prin urmare, nu poate pregăti adaptarea și rezistența necesare. În schimb, copilul trece la următoarea rundă, la următorul nivel, la următoarea provocare. Jocul este în primul rând o activitate fără lacrimi și, prin urmare, de puțin folos în pregătirea unui copil pentru jocul vieții. Nu există pierderi care să nu poată fi depășite, nici un eșec care să nu poată fi anulat – deci nu există învățare, nici adaptare.

Dar jocurile video nu contează ca joacă și copiii nu au nevoie să se joace? Copiii trebuie neapărat să se joace. Dovezile cresc în mod constant cu privire la rolul esențial al jocului în dezvoltarea sănătoasă. Nu numai că toate mamiferele tinere se joacă, dar este esențial să facă acest lucru. Dezvoltatorii cred acum că jocul este motorul principal al dezvoltării creierului, că jocul constituie marginile în creștere ale procesului de maturizare. În joc apare mai întâi un sentiment de agenție; este în joc că disonanța interioară este întâlnită pentru prima dată; este în joc că adaptarea este mai întâi

amorsată. Deci da, jocul este absolut vital pentru o dezvoltare sănătoasă.

Aici este problema. Jocurile video, în ciuda numelui lor și a faptului că sunt jucate, nu contează în creierul nostru drept joc. O activitate este un joc autentic atunci când nu este bazată pe rezultate. În jocul adevărat, distracția este în activitate, nu în rezultatul final. Jocul adevărat este de dragul jocului, nu pentru a câștiga sau a marca. Unele jocuri video contează, dar nu multe. Myst, care scufundă participantul într-o căutare fermecată fără a căuta să învingă pe altcineva, este probabil un bun exemplu de joc video care ar conta drept joc adevărat.

Jocurile video iau locul genului de joacă care ar trebui să aibă loc în viața unui copil. Cel mai important tip de joc din perspectiva dezvoltării este jocul emergent - atunci când iese la iveală adevăratul sine creativ, curios și încrezător al copilului. Acesta este un gen de joacă minunat, care se aventurează înainte, care are loc doar în urma activității de atașament împlinitoare. Copiii, inclusiv tinerii, au nevoie de o mulțime de joacă emergentă și, prin urmare, de multe ori de activitate de atașament satioasă.

Având în vedere impactul jocurilor video, cel mai bun moment pentru această activitate este după ce un copil a avut genul de joacă care este bun pentru el sau ea. În ceea ce privește jocurile și jocul, jocurile video nu ar trebui să fie niciodată felul principal. Dacă este, copilul are probleme. Cu cât un copil este mai puțin motivat să joace jocuri video, cu atât trebuie să avem mai puține preocupări cu privire la echilibrul și dezvoltarea sa mentală.

Există un loc pentru evadarea din realitate, dar numai dacă evadarea ne pregătește să îmbrățișăm realitatea la întoarcerea noastră. Mulți copii se angajează în jocuri video înainte de a prefera să fie ei înșiși sau să primească realitatea ca stare ideală de a fi. În vremurile care precedau filmele și revoluția digitală, imaginația era tot ce aveau nevoie copiii pentru a scăpa din când în când de realitate. Creierul putea face cu ușurință diferența dintre ceea ce era real și ceea ce nu era. Acea graniță s-a estompat datorită revoluției digitale; acum orice poate fi făcut să arate și să se simtă real.

Întreprinderile comerciale fac imaginația pentru copii. Nu este nevoie să te întorci la realitate, cel puțin nu pentru mult timp, pentru că următoarea evadare este la doar un clic distanță. Se pare că nevoia noastră de a scăpa de realitate este direct proporțională cu eșecul nostru de a ne adapta la viața reală.

Până când un copil este suficient de matur pentru a prefera să fie el însuși, până când el sau ea este pregătit să îmbrățișeze realitatea și este capabil să-și exercite autocontrolul, cel mai bine este să nu acceptăm cererile de a se pierde pe sine în jocurile video și divertismentul digital. . Realitatea trebuie să fie întotdeauna felul principal, iar inutilitatea evadării din realitate lecția principală. Un copil ar trebui să poată plânge din cauza inutilității încercării de a apleca realitatea la așteptările sale. Odată ce acea inutilitate a pătruns, evadarea din realitate din când în când este foarte distractiv și destul de inofensiv.

Dar ce, se întreabă unii părinți, despre tachinarea sau ostracizarea care poate rezulta din partea semenilor dacă, contrar normei, unui copil nu i se permite jocurile video sau accesul la internet? Acest lucru poate fi, într-adevăr, inconfortabil pentru un copil. Reiterăm totuși că există lucruri mai rele decât să fii batjocorit de colegi imaturi. Un copil bine conectat cu adulții poate suporta astfel de tachinari fără rău, deoarece are siguranța emoțională de a nu depinde de părerea semenilor. Obiectivul pe termen lung al dezvoltării sănătoase trebuie să depășească întotdeauna înțepătura pe termen scurt a dezaprobării colegilor.

EXISTA UN TIMP ȘI UN SEZON PENTRU ACORDAREA ACCESULUI NECONTROLAT LA INFORMAȚII ONLINE

Există un paradox profund și tulburător în era informației. Oamenii și, cu siguranță, copiii nu au fost proiectați să gestioneze cantitatea de informații la care au fost supuși, chiar înainte de revoluția digitală. Singurul mod în care creierul nostru poate procesa informații în primul rând este prin eliminarea a 95 până la 98% din aportul senzorial. Problema umană nu este că nu avem suficiente informații, ci mai degrabă că avem mult mai multe informații decât

putem folosi. Efectul final și paradoxal al creșterii accesului la informații este acela de a evoca alte apărări împotriva acesteia.

Nu cred că este un simplu accident faptul că epidemia de probleme de atenție care afectează copiii noștri astăzi este paralelă cu barajul de informații la care sunt supuși. Mecanismele noastre atenționale, în special atunci când sunt imature, pur și simplu nu sunt construite pentru a face față acestei cantități de supraîncărcare de informații. Este bine cunoscut că o astfel de supraîncărcare provoacă probleme de concentrare, probleme de memorie, probleme de recuperare și probleme de distragere a atenției. Sistemele atenționale nu se pot dezvolta corespunzător în timp ce se confruntă cu un atac constant de informații primite. Studiile arată că avem nevoie de timp nefuncțional, de timp departe de stimulare, pentru a integra informațiile pe care le primim. Expunerea constantă la mass-media diminuează mai degrabă decât sporește capacitatea noastră de a absorbi informații.

Un alt mod de a privi acest lucru este că nu trebuie să ingerăm mai mult decât putem digera. Aceasta este o regulă cardinală pentru toți sugarii când vine vorba de hrană. Pe măsură ce se dezvoltă capacitatea de a digera alimentele, ne putem ușura controlul. Chiar și ca adult, totuși, pot simți toxicitatea care rezultă atunci când iau mai mult decât poate absorbi sistemul meu confortabil. Același principiu este valabil și pentru informație. Dacă copiii ingeră mai multe informații decât pot digera, mecanismele lor atenționale devin stresate și, ca urmare, nu se dezvoltă corespunzător. Simptomele sistemelor atenționale stresate și imature includ probleme de concentrare, memorie, recuperare și distragere a atenției. Majoritatea dintre noi suferă de acest tip de disfuncție atențională atunci când informațiile sunt mai mult decât putem procesa. În aceste zile, mă trezesc tânjind după o stare în care să nu fiu supus la mai multe informații decât pot digera. În mod ironic, atunci când nu putem procesa și utiliza informații, nu avem nevoie de mai multe informații, ci de mai puține.

Trebuie să existe o mare pregătire pentru dezvoltare pentru a beneficia de informațiile primite. Copilăria este momentul în care

această pregătire trebuie să se dezvolte. Chiar dacă este epoca noastră de informare ca adulți, nu trebuie să fie vârsta lor de informare ca copii. Nu există scurtături pentru a te pregăti pentru a lua în lume și există un preț mare de plătit pentru că te grăbești prea mult. Copilăria ar trebui să fie în primul rând despre ieșirea din copilărie, nu despre acceptare. Fluxul de informații interferează cu fluxul de idei emergente care trebuia să se întâmple mai întâi. În primul rând curiozitatea, dorința de a învăța și de a primi, apoi informații.

Unul dintre cele mai semnificative semne ale lipsei de ieșire emergentă la un copil este experiența plictiselii. Însuși cuvântul plictiseală înseamnă o gaură. Când există o lipsă de ieșire emergentă în sistemul copilului - adică o lipsă de interes, curiozitate, inițiativă și aspirații - gaura rezultată este trăită ca plictiseală. În mod ironic, majoritatea oamenilor consideră că soluția pentru plictiseală este mai multă stimulare. Acest lucru nu face decât să agraveze problema de bază, iar cercul vicios se intensifică. Într-o epocă de informare și divertisment fără precedent, există semne și indicii că plictiseala crește în rândul copiilor noștri. Plictiseala este semnul unui copil care este golit de procesele interne emergente și de conținutul necesar pentru a avea în lume.

Deci, cel mai bun moment pe care copiii să-l ia în lumea lor este după ce au devenit plini de propriile idei, gânduri, semnificații și contemplații. Acest lucru onorează ordinea naturală de dezvoltare a lucrurilor: fluxul de ieșire înainte de intrare.

PROVOCAREA PĂSTRĂRII ROLULUI NOSTRU DE FURNIZORI DE INFORMAȚII

Există un aspect al erei informației care este cel mai îngrijorător pentru părinte și copilărie. Întotdeauna a fost responsabilitatea adulților să-și informeze copiii. Nu numai conținutul informațiilor este important, ci și contextul, momentul și încadrarea.

A oferi copiilor răspunsuri înainte de a se forma întrebările înseamnă a-i întări împotriva puterii benefice a informațiilor. A-i

informa despre nesiguranța lor existențială – adică că ar putea muri sau că mami sau tati ar putea muri – înainte de a avea sentimentul că astfel de relații sunt pentru totdeauna este de-a dreptul crud. A oferi prematur informații despre sexualitate înseamnă a dăuna dezvoltării lor.

Informația a fost întotdeauna unul dintre instrumentele principale pentru creșterea copiilor noștri. Le spunem copiilor noștri ceea ce trebuie să știe și doar atât cât trebuie să știe, când trebuie să știe și când suntem convinși că sunt pregătiți să facă față. S-ar putea argumenta că o mare parte din educația și educația noastră implică păstrarea secretelor până când decidem că a ști este mai bine decât a nu ști. Luarea deciziilor despre ce și când și cum un copil ajunge să știe despre ceva a fost întotdeauna prerogativa noastră ca părinți și profesori. Până acum, adică.

Era informației a schimbat toate acestea. Nu mai putem lua acele decizii cruciale în ceea ce privește contextul, conținutul și momentul. Și dacă decidem să denaturam adevărul pentru binele copilului, ne putem dovedi că greșim în câteva secunde. Care sunt implicațiile pentru parenting, pentru predare, pentru copilărie?

O parte a rolului nostru alfa ca furnizor este, de asemenea, de a oferi informații când și unde este nevoie. Copiii noștri ajung adesea să știe mai multe decât noi despre multe lucruri, pot găsi informațiile mai repede decât putem noi despre majoritatea lucrurilor și nu ne mai văd ca o sursă a informațiilor de care au nevoie. Acest lucru poate amenința foarte mult rolul nostru de punct de busolă în viața lor. Și dacă nu ne folosesc ca punct de busolă, nici nu ne folosesc pentru îndrumare și îndrumare, pentru a-și orienta, pentru a-și forma valorile, pentru a discerne binele de rău. Dacă nu le mai servim drept punct de busolă, ei pierd mult din ceea ce oferim noi ca adulți responsabili pentru ei. Dezvoltarea sănătoasă este pusă în pericol. Neil Postman susține că copilăria în sine este pusă în pericol atunci când adulții nu mai au secrete față de copii.

În acest sens, Postman a declarat: „Dacă părinții doresc să păstreze copilăria propriilor copii, ei trebuie să conceapă parentingul ca pe un act de rebeliune împotriva culturii”. Încă o

dată, părinții trebuie să devină tamponul societății, nu agentul societății. Cu cât putem juca mai mult acest rol tampon în ceea ce privește accesul copiilor noștri la informații, cu atât mai bine. Dar chiar dacă nu putem, nu totul este pierdut.

Este posibil să nu putem concura cu Google în calitate de transportatori de informații, dar, din fericire, nu avem nevoie. Ceea ce copiii noștri trebuie să fie informați cel mai mult nu este lumea lor, ci ei înșiși. Ei trebuie să-și vadă valoarea și semnificația reflectate în ochii noștri, afirmate prin vocea noastră și exprimate prin gesturi. Google nu poate oferi asta. Ceea ce au nevoie cel mai mult și ceea ce nu le poate oferi internetul, sunt informații cu privire la invitația lor de a exista în prezența noastră. De aceea trebuie să ne ținem de copiii noștri.

Copiii orientați spre egali vor căuta aceste informații la colegii lor, la care acum au acces instantaneu prin mesaje text și prin intermediul rețelelor sociale. Cred că putem supraviețui acestei lovituri pentru rolul nostru de furnizori. Dacă nu putem concura în a le oferi răspunsurile, trebuie să săpăm adânc pentru a deveni răspunsurile copiilor noștri. În ciuda accesului lor universal și imediat la informație, există încă informații care ar trebui să vină doar de la noi.

Există și alte moduri prin care putem compensa faptul că ne pierdem rolul de furnizor de informații. În trecut, acest rol a fost o sursă primară de dependență. Trebuie să găsim alte arene în care să ne invităm copiii să depindă de noi. Mulți dintre noi avem abilități și hobby-uri de care ar putea beneficia copiii noștri. O parte a dansului dependent de alfa este transmiterea acestor activități. Prea mulți dintre noi externalizează predarea acestor abilități către alții: mersul pe bicicletă, zborul cu zmeul, prelucrarea lemnului, tricotarea, înotul, aruncarea unei mingi. Ne trimitem copiii în centre comunitare, tabere de zi și tabere de vară pentru a învăța aceste abilități. Ar trebui mai degrabă să fim posesivi de aceste oportunități de a ne invita copiii să depindă de noi. Mult mai importantă decât abilitățile care trebuie stăpânite este relația care se dezvoltă prin astfel de interacțiuni. Având în vedere că nu mai

suntem furnizorii naturali de informații și păstrătorii secretelor, nu ne putem permite să pierdem mult mai mult.

CÂȘTIGĂREA COPILULUI „PIERDUT”.

Mulți dintre noi disperăm să depășim competiția pentru atenția copiilor noștri reprezentată de dispozitivele digitale și de internet. Aceasta, adesea, este o provocare serioasă și aproape insolubilă pentru părinții tinerilor orientați spre egali.

Într-adevăr, nu există nicio ieșire decât prin. Trebuie să ne confruntăm cu problema la bază și trebuie să facem acest lucru cu răbdare, sârguință și încredere. După cum am spus mai devreme, poate fi nevoie să ne recâștigăm copiii mai întâi. Nu putem să-i hrănim decât dacă se hrănesc la masa noastră. Dacă lumea copiilor noștri a devenit egală, atunci trimiterea de mesaje text va fi preocuparea lor, iar Facebook va fi locul în care locuiesc. Poate fi prea târziu pentru a aborda aceste probleme de conexiune digitală, dar niciodată nu este prea târziu pentru a aborda orientarea subiacentă de la egal la egal care o conduce. Aceasta este o chestiune de relație și orice progres în această arena va reduce impulsul corespunzător pentru conexiunea socială. Amintiți-vă că nu ar exista Facebook dacă nu ar fi orientarea către colegi, așa că trebuie abordat mai întâi.

Încă o dată, dacă copilul dă dovadă de obsesivitate sau furiș, este imperativ să renunți la încercarea de a-l controla. Astfel de semne demonstrează că divertismentul sau jocurile video sau conexiunile digitale îndeplinesc o funcție în viața unui copil pe care nu ar trebui să o aibă. Un astfel de copil are nevoie de ajutorul nostru, nu de o interacțiune mai supărătoare. Nu ar trebui să provocăm în mod deschis un copil deja dependent, încercând să controlăm comportamentul.

Nu există o soluție pentru amenințarea digitală în afara relației noastre cu copiii noștri – încercările de a controla, interzice sau priva accesul vor eșua în absența a ceea ce am numit „putere relațională”. Mai bine să ne mușcăm limba, să ne acceptăm tristețea

și să recunoaștem și să recunoaștem inutilitatea abordărilor coercitive care nu ar face decât să amărească și mai mult relația părinte-copil. Acest lucru este greu de făcut atunci când propria noastră frustrare și îngrijorare ne-ar determina să intervenim cu mai multă forță – și când atât de multe așa-zise autorități îndeamnă la autoritarism. Nu există un substitut în astfel de cazuri pentru abordarea pacientului, iubitoare pe care am recomandat-o.

Marshall McLuhan a sugerat că inovațiile tehnologice ar trebui înțelese nu în ceea ce privește conținutul lor, ci în ceea ce privește modul în care schimbă societatea. Când creăm o nouă tehnologie, ne schimbăm pe noi înșine în moduri fundamentale. Și pentru fiecare extensie există întotdeauna o amputație corespunzătoare.

Dispozitivele digitale au extins accesul copiilor noștri unul la altul, dar ceea ce este amputat este conexiunea lor vitală cu noi. În timp ce tehnologia ne-a extins raza de acțiune, ne-a perturbat rădăcinile.

Conectivitatea socială în rândul tinerilor noștri este aproape omniprezentă, cu mai mult de trei sferturi dintre studenții noștri de liceu și colegiu conectându-se între ei prin intermediul rețelei sociale preferate prin intermediul telefonului mobil. Acesta este lipiciul care îi ține împreună, dar este și paa care se intersectează între ei și cei a căror legătură iubitoare le-ar putea alina foamea de atașament și le-ar putea stimula maturizarea.

Mulți dintre noi s-au confruntat cu perturbări în conexiunea de familie, pe măsură ce fiii și fiicele noștri (și chiar și soții noștri) își folosesc telefoanele mobile atunci când sunt împreună cu noi, sau se grăbesc prin mese sau orele speciale de familie pentru a reveni la mesajele lor de mesaje, e-mailuri și rețele sociale. networking, de teama de a nu cadea prin fisurile atasamentului. Nu este suficient să mai fii unul cu celălalt pentru ca legătura să aibă loc. În vremuri, cel puțin obișnuiam să ne aducem copiii înapoi după școală sau după grădiniță, când colegii lor nu mai erau accesibili sau disponibili. Am avut șansa să le facem din nou ale noastre, să restabilim legătura

prin care am putea fi părinți. Datorită tehnologiei, colegii sunt acum omniprezenti în viața copiilor noștri.

Provocarea noastră, mai mult ca niciodată, este să ne ținem de copiii noștri. Dacă ne putem ține de ei, îi putem face imuni la partea întunecată a revoluției digitale. Trebuie să le oferim șansa de a se maturiza astfel încât să devină stăpânii acestor noi unelte, nu sclavii lor.

---

*Dinamica contravoinței este explicată în capitolul 6.

GLOSAR

adaptare/adaptare/proces de adaptare

Procesul de adaptare se referă la acea forță naturală de creștere prin care un copil este schimbat – se dezvoltă emoțional sau învață noi realități – ca urmare a înțelegerii cu ceva ce nu poate fi schimbat. Acesta este procesul prin care copiii învață din greșelile lor și beneficiază de eșec. Acesta este și procesul prin care adversitatea schimbă un copil în bine.

adolescent

Folosesc termenul adolescență pentru a mă referi la puntea dintre copilărie și maturitate. În general, se referă la acel moment de la debutul pubertății până la asumarea rolurilor de adult în societate.

afacere

Vezi afacerea atașamentului.

alarma

Vezi alarma atasamentului.

atașament

În termeni științifici, un atașament se referă la impulsul sau relația caracterizată prin urmărirea și păstrarea proximității. Proximitatea este latină pentru „apropiere”. În definiția sa cea mai largă, atașamentul uman include mișcarea către apropiere de orice fel: fizică, emoțională și psihologică.

afacere de atașament

Eliminați conotația sexuală și această analogie funcționează pentru orientarea la egal la egal. Esența unei relații maritale este atunci când un atașament exterior concurează sau elimină contactul și apropierea cu un soț. Atunci când atașamentele de la egal la egal îl îndepărtează pe copil de părinți, afectează dezvoltarea.

alarma atasamentului

Creierul uman este programat să-și alarmeze gazdele atunci când se confruntă cu separarea de cei de care sunt atașați. Alarma de atașament funcționează pe mai multe niveluri: instinct, emoție, comportament, chimie și sentiment. Dacă alarma este simțită, aceasta poate fi trăită ca frică, anxietate, conștiință, nervozitate sau teamă și, în general, va determina copilul să fie precaut. Dacă această alarmă nu este simțită în mod conștient, se poate manifesta ca tensiune sau agitație.

creier de atașament

Un termen pentru părțile creierului și ale sistemului nervos care servesc atașamentului. Nu se referă la o anumită locație, ci mai degrabă la o anumită funcție a creierului împărtășită de mai multe regiuni ale creierului. Multe alte creaturi au acest atașament funcționând ca parte a aparatului lor cerebral, dar numai ființele umane au capacitatea de a deveni conștienți de procesul de atașament.

constiinta atasamentului

Se referă la sentimentele rele care sunt declanșate la o persoană – în special la un copil – atunci când se gândește, face sau ia în considerare ceva care ar evoca dezaprobarea, distanțarea sau dezamăgirea celor de care este atașat. Conștiința atașamentului ajută la menținerea copiilor aproape de figurile lor de atașament –

în mod ideal, de părinții lor. Când un copil devine orientat spre semeni, conștiința atașamentului servește relației cu semenii.

dansul atasamentului

Vezi colecționare de dans.

dominarea atasamentului

Pentru a facilita dependența, atașamentul atribuie automat o persoană într-o poziție dependentă de căutare de îngrijire sau într-o poziție dominantă de îngrijire. Acest lucru este valabil mai ales pentru creaturile imature, cum ar fi copiii – sau adulții imature, de altfel. Copiii trebuie să fie într-o poziție dependentă în căutarea îngrijirii cu adulții responsabili pentru ei.

frustrarea atasamentului

Frustrarea care este evocată atunci când atașamentele nu funcționează: când contactul este zădărnicit sau când se pierde sentimentul de conexiune.

incompatibilitatea atasamentului

Atașamentele sunt incompatibile atunci când un copil nu poate păstra apropierea sau un sentiment de conexiune în două relații simultan. Incompatibilitatea este creată atunci când, de exemplu, copilul primește un set de indicii despre cum să acționeze și cum să fie de la părinți și un set complet diferit de semeni. Cu cât atașamentele de lucru sunt mai incompatibile, cu atât este mai probabil ca atașamentul să se polarizeze.

reflex de atașament

Există multe reflexe primitive de atașament menite să păstreze proximitatea prin simțuri. Copilul care apucă degetul părintelui

apăsat în palmă este un exemplu.

sat de atașament

Rețeaua de atașamente care oferă contextul în care să crești un copil. În societățile tradiționale, satul de atașament corespundea satului propriu-zis în care locuiau și creșteau oamenii. În societatea noastră, trebuie să creăm satul de atașament.

atașament gol

Absența unui sentiment de contact sau conexiune cu cei cărora ar trebui să fie atașată.

înapoi în atașamente

Stabilirea asemănării sau a conexiunii cu cineva prin distanțarea și înstrăinarea altora. Doi copii, de exemplu, se vor apropia unul de celălalt insultând sau disprețuind un al treilea.

natura bipolară a atașamentului

La fel ca magnetismul, atașamentul este polarizat. Ori de câte ori proximitatea este urmărită cu o persoană sau cu un grup, contactul și apropierea cu ceilalți sunt rezistate. Copilul va rezista în special celor pe care îi percepe drept competiție față de cei cu care caută în mod activ atașamentul. Când copilul devine orientat spre egali, acești ceilalți sunt părinții și alți adulți care se îngrijesc.

colecționare de dans

Un termen care se referă la instinctele umane de curte care sunt menite să-i atragă pe alții de noi. Am ales termenul de colecție pentru a scăpa de conotațiile sexuale care sunt asociate cu curtarea și cortegirea. „Dansul” se referă la aspectul interactiv al acestui proces.

punct de busolă

Folosit aici pentru a se referi la punctul de referință uman care este creat de atașamentul de la care un copil se orientează și își ia indiciile. Fiecare copil are nevoie de un punct de busolă uman.

atașamentul concurent

Vezi incompatibilitatea atașamentului.

contravoința

Acest termen se referă la instinctul uman de a rezista presiunii și constrângerii. Acest instinct servește atașamentului pentru a împiedica copiii să fie influențați în mod nejustificat de cei de care nu sunt atașați. Contravoința, cu excepția cazului în care este amplificată de orientarea către semeni sau de alți factori, servește, de asemenea, dezvoltării, făcând loc formării propriei voințe a copilului, apărând voința altora.

apărat împotriva vulnerabilității

Creierul uman este conceput pentru a proteja împotriva unui sentiment de vulnerabilitate prea copleșitor. Atunci când aceste mecanisme de protecție sunt cronice și omniprezente, aceasta duce la o stare de a fi apărat împotriva vulnerabilității. Aceste mecanisme de protecție implică filtre emoționale și perceptuale care filtrează informațiile pe care persoana le-ar găsi rănită și dureroasă.

detașamentul defensiv

Vezi detașare.

detașare

Acest termen se referă la o rezistență la proximitate; o astfel de rezistență este o apărare împotriva vulnerabilității. Cel mai adesea,

contactul și apropierea sunt rezistate pentru a evita rănirea despărțirii. Această reacție instinctivă este un mecanism obișnuit de apărare, dar dacă devine blocată și omniprezentă, distruge contextul pentru creșterea parentală și pentru dezvoltarea sănătoasă.

diferențiere

Se referă la procesul de creștere de separare sau individualizare. Dacă atașamentul cu adulții care îi îngrijesc este prima fază a dezvoltării, diferențierea este a doua. Entitățile sau ființele trebuie mai întâi să fie suficient de diferențiate înainte de a putea fi integrate cu succes. Din acest motiv, diferențierea sănătoasă trebuie să preceadă socializarea, altfel persoana nu va putea experimenta împreună fără să-și piardă simțul de sine.

dominație

Vezi dominanța atașamentului.

emergente

Vezi procesul emergent.

energie emergentă

Vezi procesul emergent.

proces emergent

Acel proces de diferențiere al vieții al cărui scop este viabilitatea copilului ca ființă separată. Se caracterizează printr-un tip de energie care se aventurează înainte, care apare spontan din interiorul copilului în curs de dezvoltare. Se vede la copii mici. Acest proces este spontan, dar deloc inevitabil – depinde de satisfacerea nevoilor de atașament ale copilului. Procesul emergent dă naștere la multe dintre atributele pe care le considerăm de dorit

la un copil: simțul responsabilității, responsabilitatea, curiozitatea, interesul, limitele, respectul pentru alții, individualitatea, personalitatea.

emoție

Termenul are două semnificații rădăcină: „a fi agitat” și „a se mișca”. Emoția este cea care îl mișcă pe copil, cel puțin până când intențiile au devenit suficient de puternice pentru a determina comportamentul. Orice creatură cu sistem limbic, partea emoțională a creierului, are emoție, dar numai oamenii sunt capabili să fie conștienți de emoția lor. Partea conștientă pe care o numim sentimente. Emoția are multe aspecte: chimice, fiziologice și motivaționale. Emoțiile nu trebuie să fie simțite pentru a ne mișca – de multe ori suntem mânați de emoții inconștiente.

intimitate emoțională

Un sentiment de apropiere și conexiune care se simte emoțional.

platirea culturii

Pierderea transmisiei verticale tradiționale a culturii în care obiceiurile și tradițiile se transmit din generație în generație. Este, de asemenea, un joc de cuvinte care conotă moartea culturii, ca în „flatlining” undelor cerebrale.

fuga de vulnerabilitate

Vezi apărat împotriva vulnerabilității.

Identificare

O formă de atașament în care cineva devine același cu persoana sau lucrul de care este atașat. De exemplu, a te atașa de un rol înseamnă a te identifica cu un rol.

principiul imediatității

Principiul teoriei învățării care susține că pentru a obține o schimbare a comportamentului, trebuie să intervină imediat atunci când un copil este în afara liniilor. Acest principiu a fost derivat din studii cu porumbei și șobolani.

individualism

Acest termen este adesea confundat cu individualitatea și îi dă un nume prost. Individualismul se referă la ideea că nevoile individului sunt primordiale față de nevoile grupului sau ale comunității. Această confuzie îi face adesea pe oameni să creadă că individualizarea este opusul comunității, spre deosebire de condiția prealabilă pentru adevărata comunitate.

individualitate

Acea parte a personalității care este indivizibilă și nu este împărtășită de nimeni altcineva. Individualitatea este rodul procesului de a deveni o ființă separată din punct de vedere psihologic, care culminează cu înflorirea deplină a unicității cuiva. A fi un individ înseamnă a avea propriile înțelesuri, propriile idei și limite. Este să apreciezi propriile preferințe, principii, intenții, perspective și obiective. Este să stai într-un loc ocupat de nimeni altul.

individuarea

Procesul de a deveni un individ, distinct și diferențiat de ceilalți și viabil ca ființă separată. Acest concept este adesea confundat cu individualismul, definit mai sus.

instinct

Prin instinct se înțelege îndemnurile sau impulsurile profunde de a acționa care sunt comune tuturor oamenilor. Deoarece atașamentul

este impulsul preeminent, cele mai multe dintre instinctele noastre servesc atașamentului. Sursa acestor impulsuri de a acționa este adânc în sistemul limbic al creierului uman. Instinctele umane, totuși, ca și instinctele altor creaturi, au nevoie de stimuli corespunzători din mediu pentru a fi declanșați corespunzător. Ele nu sunt neapărat automate.

proces de integrare

Forța de creștere naturală care implică amestecarea entităților separate. În această carte, folosim această expresie pentru a ne referi la procesul de dezvoltare care are loc pe măsură ce diferitele elemente ale personalității se unesc pentru a crea un nou întreg — de exemplu, emoțiile ostile pot fi integrate cu sentimente care le-ar controla, cum ar fi compasiunea sau anxietatea. . Acest amestec este cel care produce perspectivă, echilibru, maturitate emoțională și maturitate socială. Esența integrării, în domeniul social, este amestecarea fără amestecare sau unirea fără pierderea separatității. Acest lucru necesită o diferențiere prealabilă suficientă.

minte integratoare

Când procesul de integrare este activ, mintea colectează gândul sau sentimentul care ar intra în conflict cu orice este în focalizare. Acest lucru aduce echilibru și perspectivă.

functionare integrativa

Vezi procesul de integrare.

intuiție

Când folosesc acest termen, mă refer de obicei la cunoașterea care este mai degrabă simțită decât cunoscută, inconștientă spre deosebire de conștientă. Totuși, intuiția noastră va fi la fel de bună

ca și înțelegerea noastră. Cu cât suntem mai precisi în percepțiile noastre, cu atât putem avea mai multă încredere în intuiția noastră.

maturare

Acel proces prin care un copil ajunge să-și realizeze potențialul uman. Deși creșterea psihologică este spontană, nu este inevitabil. Dacă circumstanțele nu sunt favorabile, un copil poate îmbătrâni fără să crească cu adevărat. Cele trei procese primare prin care copiii se maturizează sunt apariția, adaptarea și integrarea.

orientare/orientare/orientare

A te orienta înseamnă a te orienta. În calitate de ființe umane, acest lucru implică nu numai să înțelegeți unde vă aflați, ci și cine sunteți și cât de mult contează. De asemenea, presupune crearea unui sens mediului înconjurător. O parte semnificativă a orientării este de a obține indicii despre cum să fii și ce să faci, despre ceea ce este important și ce se așteaptă. Atâta timp cât copiii nu sunt încă capabili să se orienteze, ei se orientează prin cei de care sunt atașați. Copiii orientați spre egali se uită la semenii lor, nu la adulți, pentru a se orienta și pentru a obține indicii despre cum să fie, cum să se vadă pe ei înșiși, despre ce valori să urmeze.

vid de orientare (vide de orientare)

Deoarece copiii se orientează după cei de care sunt atașați, se simt pierduți și dezorientați atunci când sentimentul conexiunii dispare. Acest vid de semne și semnificații este intolerabil pentru copii, forțând de obicei reatașarea față de cineva sau ceva - în cultura noastră, cel mai adesea acest reatașament este față de semeni.

impotența părintească

Folosesc acest termen în sensul cel mai strict al cuvântului: lipsă de putere suficientă. Părinții trebuie să fie împuterniciți de atașamentul

copilului lor față de ei pentru a-și îndeplini responsabilitățile parentale. Cu cât această legătură este mai slabă, cu atât părintele devine mai impotent.

parentalitatea

Prin paternitate mă refer la funcția de părinte, în felul în care vechii romani foloseau cuvântul – o îndatorire, sarcină sau funcție specială conferită unei persoane. Pentru romani, această lucrare specială le-a fost conferită de guvernul lor. Pentru părinți, acest serviciu special este ceva ce poate fi conferit doar prin atașarea unui copil. A fi părinte biologic, părinte adoptiv sau părinte vitreg nu înseamnă automat parentalitate în acest sens – doar prin atașamentul copilului este un părinte introdus în funcție și echipat pentru serviciu.

putere pentru părinte

Mulți oameni confundă puterea cu forța. Prin putere mă refer nu la constrângere sau pedepse, ci la autoritatea naturală pe care o au părinții atunci când copiii lor se conectează activ cu ei și caută la ei indicii despre cum să fie, cum să se comporte, ce valori să urmeze. De fapt, cu cât avem mai multă putere, cu atât mai puțin trebuie să recurgem la forță – și invers.

sindromul preșcolarului

Folosesc acest termen pentru a descrie setul de trăsături și probleme care rezultă din lipsa funcționării integratoare la copii. Normal la preșcolari, numesc aceste trăsături și probleme sindromul preșcolarului atunci când caracterizează copiii și adolescenții care nu mai sunt preșcolari, dar nu au crescut din această deficiență de dezvoltare. În cultura noastră, orientarea către egali este cea mai frecventă cauză a unei astfel de dezvoltări oprite.

imaturitatea psihologică

Vezi maturizare.

intimitate psihologică

Un sentiment de apropiere sau de conexiune care provine din a fi văzut sau auzit în sensul de a fi cunoscut sau înțeles.

scripting

Analogia scenariului este împrumutată din profesia de actorie în care comportamentul trebuie jucat pentru că nu își are originea în actor. Așa este cazul maturității. Situațiile sociale cer o maturitate pe care copiii noștri poate nu au atins-o încă. Nu îi putem face să crească la comandă, dar putem să îi facem să acționeze maturi în situații date, oferind indicii pentru ce să facă și cum să facă acest lucru. Pentru ca un copil să accepte o astfel de direcție, adultul trebuie să fie în poziția de dătător de semnale în viața copilului, rod al atașamentului copilului față de părinte. Un scenariu bun se concentrează pe ceea ce trebuie făcut în loc de ceea ce nu trebuie făcut și oferă indicii care pot fi urmărite cu ușurință de către copil.

simțul agenției

Rădăcinile latine ale „agent” înseamnă „a conduce” ca în a conduce un car. A avea un sentiment de acțiune înseamnă a te simți ca și cum cineva s-a aflat în scaunul șoferului – un loc în care apar opțiuni și există opțiuni. Copiii nu se nasc cu un sentiment de agentie; este un rod al procesului de maturizare al apariției sau individuației.

socializare

Procesul de a deveni apt pentru societate. Acesta a fost perceput în mod tradițional ca un proces singular, separat și distinct de celelalte două procese de dezvoltare importante, atașamentul și individuarea. La o examinare mai atentă, totuși, cea mai mare parte a socializării

are loc prin atașament și prin procesele care îl servesc - identificare, emulare, căutarea semnificației, păstrarea proximității. Atașamentul este primul dintre aceste trei procese de dezvoltare, diferențierea al doilea. Când acestea două funcționează bine, adevărata socializare poate apărea spontan.

predabilitate

A fi predat înseamnă a fi receptiv la a fi predat și motivat să învețe. Factorul de predare se referă la acele aspecte din ecuația de învățare care sunt de natură psihologică, relațională și emoțională. Capacitatea de predare nu este același lucru cu inteligența. Un copil poate fi foarte inteligent și complet de neînvățat și invers.

lacrimi de inutilitate

Este un reflex uman să plângi atunci când inutilitatea se afundă, mai ales dacă frustrarea a fost intensă. Sentimentele corespunzătoare sunt cele de tristețe și dezamăgire. Inutilitatea este ceea ce experimentăm când ceva nu va funcționa sau nu poate funcționa. Când inutilitatea se înregistrează emoțional, semnalele sunt trimise către glandele lacrimale, rezultând lăcrimarea ochilor. Aceste lacrimi sunt diferite de lacrimile de frustrare. Experiența de a obține acel ceva este inutilă, iar sentimentele însoțitoare de tristețe și eliberare sunt importante pentru dezvoltarea unui copil. Copiii orientați spre egali sunt remarcabil de lipsiți de lacrimi de inutilitate.

temperament

Folosesc termenul în sensul său rădăcină care denotă un amestec. Temperamentul este un amestec de trăsături, temperatura un amestec de cald și rece, etc. Romanii au folosit acest termen pentru a descrie amestecul potrivit de ingrediente pentru a face lutul de olar. Cheia pentru comportamentul civilizat și autocontrol sunt sentimentele amestecate. A-ți pierde cumpătul ar fi însemnat, prin

urmare, a pierde amestecul de impulsuri și sentimente conflictuale care ar permite autocontrolul.

element de revenire

Gândurile, sentimentele sau intențiile care ar opri impulsurile de a acționa în moduri nepotrivite – de exemplu, dragostea ar tempera dorința de a răni, teama de consecințe poate tempera un impuls de a acționa într-un mod distructiv sau capacitatea de a vedea ce este al altei persoane. punctul de vedere temperează tendința de a fi dogmatic. O astfel de temperare aduce echilibru personalității sau perspectiva percepției.

necomprimat

Prin netemperat se înțelege neamestecat sau neatenuat sau unilateral. A fi lipsit de temperatură înseamnă a fi lipsit de orice simț al dialogului intern, al conflictului sau al discordiei în conștiință. Semnul principal al imaturității emoționale și sociale este experiența și exprimarea nemodificată. Persoana lipsită de temperare nu are sentimente amestecate cu privire la nimic. Vezi și temperament.

vulnerabil/vulnerabilitate

A fi vulnerabil înseamnă a fi capabil să fii rănit. Ca oameni, nu doar ne putem simți rănile, ci și vulnerabilitatea. Creierul uman este conceput pentru a proteja împotriva unui sentiment de vulnerabilitate prea copleșitor. Vezi și apărat împotriva vulnerabilității.

NOTE

CAPITOLUL 1: DE CE PĂRINȚII CONTINGĂ MAI MULT CA ORICANDĂ

1. Judith Harris, The Nuture Assumption (New York: Simon & Schuster, 1999).

2. Michael Rutter și David J. Smith, eds., Psychosocial Disorders in Young People: Time Trends and Their Causes (New York: John Wiley and Sons, Inc., 1995).

3. Aceasta a fost concluzia profesorului David Shaffer, un important cercetător și scriitor de manuale în psihologia dezvoltării, după ce a trecut în revistă literatura despre influența colegilor. Comentând cercetarea actuală, el afirmă „... este corect să spunem că colegii sunt grupul de referință principal pentru întrebările de forma „Cine sunt eu?”” (David R. Shaffer, Developmental Psychology: Childhood and Adolescence, ed. a 2-a. [Pacific Grove, California: Brooks/Cole Publishers, 1989], p. 65.)

4. Statisticile de sinucidere sunt de la Centrul Național pentru Prevenirea și Controlul Leziunilor din Statele Unite și de la Societatea Centrului McCreary din Canada. Statisticile privind tentativele de sinucidere sunt și mai alarmante. Urie Bronfenbrenner citează statistici care indică faptul că încercările de sinucidere ale adolescenților aproape s-au triplat în perioada de douăzeci de ani dintre 1955 și 1975. (Urie Bronfenbrenner, „The Challenges of Social Change to Public Policy and Development Research.” Lucrare prezentată la reuniunea bienală a Societății for Research and Child Development, Denver, Colorado, aprilie 1975).

5. Harper’s, decembrie 2003.

6. Profesorul James Coleman și-a publicat descoperirile într-o carte intitulată The Adolescent Society (New York: Free Press, 1961).

CAPITOLUL 3: DE CE NE-A DESFĂSIT

1. John Bowlby, Atașament, ed. a 2-a. (New York: Basic Books, 1982), p. 46.

2. Robert Bly, The Sibling Society (New York: Vintage Books, 1977), p. 132.

3. Acestea au fost constatările când doi cercetători au examinat rezultatele a nouăzeci și două de studii care au implicat treisprezece mii de copii. Pe lângă mai multe probleme de școală și de comportament, aceștia au suferit și concepte de sine mai negative și au avut mai multe probleme să se înțeleagă cu părinții. Descoperirile lor au fost publicate în Psychological Bulletin 110 (1991): 26–46. Articolul se intitulează „Divorțul parental și bunăstarea copiilor: o meta-analiză". Relat indirect este un sondaj din 1996 realizat de Statistics Canada, care a constatat că copiii cu părinți singuri sunt mult mai probabil să fi repetat o clasă, să fie diagnosticați cu tulburare de conduită sau să aibă probleme cu anxietatea, depresia și agresivitatea.

4. Cercetările psihiatrului britanic Sir Michael Rutter readuc acasă acest punct. El a descoperit că problemele de comportament erau chiar mai probabile la copiii care trăiau în căsnicii intacte, dar discordante decât la copiii divorțați care trăiau în case relativ lipsite de conflicte. (Michael Rutter, „Separarea părinte-copil: Efecte psihologice asupra copiilor," Jurnalul de psihologie și psihiatrie a copilului 12 [1971]: 233-256.)

5. Bly, Societatea fraților, p. 36.

6. Erik Erikson, Childhood and Society (New York: W.W. Norton, 1985).

CAPITOLUL 5: DE LA AJUTOR LA OBSTANCIU: CÂND ATASAMENTUL FUNcționează împotriva noastră

1. John Bowlby, Atașament, ed. a 2-a. (New York: Basic Books, 1982), p. 377.

CAPITOLUL 6: CONTRAVOINȚA: DE CE COPIIII DEVIN NESOBEDIENT

1. M. R. Lepper, D. Greene și R. E. Nisbett, „Undermining Children's Intrinsic Interest with Extrinsic Rewards: A Test of the Over-justification Hypothesis", Journal of Personality and Social Psychology 28 (1973):129-137.

2. Edward Deci, Why We Do What We Do: Understanding Self-Motivation (New York: Penguin Books, 1995), pp. 18 și 25.

CAPITOLUL 7: PLATINAREA CULTURII

1. Howard Gardner, Psihologia dezvoltării, ed. a 2-a. (New York: Little, Brown & Company, 1982).

2. The Globe and Mail, 12 aprilie 2004.

3. Vancouver Sun, 30 august 2003.

CAPITOLUL 8: ZBORUL PERICULOS DIN SENTIMENT

1. Un eșantion de astfel de studii ar include:

- J. D. Coie și A. N. Gillessen, „Peer Rejection: Origins and Effects on Children's Development", Current Directions in Psychological Science 2 (1993):89-92.
- P. L. East, L. E. Hess și R. M. Lerner, „Peer Social Support and Adjustment of Early Adolescent Peer Groups", Journal of Early Adolescence 7 (1987): 153–163.
- K. A. Dodge, G. S. Pettit, C. L. McClaskey și M. M. Brown, „Social Competence in Children", Monografii ale Societății pentru Cercetare în Dezvoltarea Copilului 51 (1986).

2. Cel mai amplu studiu a fost National Longitudinal Study of Adolescent Health din Statele Unite, care a implicat aproximativ nouăzeci de mii de adolescenți americani. Studiul realizat de psihologul Michael Resnick și de o duzină de colegi ai săi a fost intitulat „Protecting Adolescents from Harm: Findings from the National Longitudinal Study on Adolescent Health" și publicat în Jurnalul Asociației Medicale Americane în septembrie 1997. Aceasta este și concluzia regretatul Julius Segal, unul dintre pionierii cercetării rezilienței, precum și autorii cărții Raising Resilient Children, Robert Brooks și Sam Goldstein. (R. Brooks și S. Goldstein, Raising Resilient Children [New York: Contemporary Books, 2001].)

3. Segal este citat de Robert Brooks, Ph.D., de la Harvard Medical School, în articolul său „Self-worth, Resilience and Hope: The Search for Islands of Competence". Acest articol poate fi găsit în sala de lectură electronică a Centrului pentru Dezvoltare și Învățare. Adresa URL este www.cdl.org/resources/reading_room/self_worth.html.

4. John Bowlby, Loss (New York: Basic Books, 1980), p. 20.

CAPITOLUL 9: ÎNCHIS ÎN IMATURITATE

1. Robert Bly, The Sibling Society (New York: Vintage Books, 1977), p. vii.

2. Pentru o discuție completă despre aspectele fiziologice ale dezvoltării creierului uman și relația lor cu creșterea psihologică, a se vedea Geraldine Dawson și Kurt W. Fischer, Human Behavior and the Developing Brain (New York: Guildford Press, 1994), în special capitolul 10.

3. Carl Rogers, On Becoming a Person (New York: Houghton Mifflin, 1995), p. 283.

CAPITOLUL 10: O MOȘTENIRE DE AGRESIUNE

1. Această statistică a fost citată de Linda Clark de la New York City Board of Education, într-o adresă la cea de-a 104-a reuniune anuală a Asociației Americane de Psihologie.

2. Aceste statistici au fost citate de Michelle Borba, autoarea cărții Building Moral Intelligence, într-un discurs la o conferință națională despre școli sigure, ținută la Burnaby, British Columbia, 19 februarie 2001.

3. Raportul lui Barbara Cottrell se numește Parent Abuse: The Abuse of Parents by Their Teenage Children. A fost publicat de Health Canada în 2001.

4. Acest sondaj a fost realizat de David Lyon și Kevin Douglas de la Universitatea Simon Fraser din Columbia Britanică și a fost lansat în octombrie 1999.

5. Statisticile de sinucidere sunt de la Centrul Național pentru Prevenirea și Controlul Leziunilor din Statele Unite și de la Societatea Centrului McCreary din Canada.

6. W. Craig și D. Pepler, Naturalistic Observations of Bullying and Victimization on the Playground (1997), LaMarsh Center for Research on Violence and Conflict Resolution, York University, citat în Barbara Coloroso, The Bully, the Bullied, and the Bystander (Toronto: HarperCollins, 2002), p. 66.

7. Conform statisticilor guvernului SUA, alcoolul este implicat în 68% din crime, 62% din atacuri, 54% din crime sau tentative de omor, 48% din jaf, 44% din spargeri și 42% din violuri. O referință online pentru aceste statistici guvernamentale este www.health.org/govpubs/m1002.

CAPITOLUL 11: CONFECȚIA BĂUTĂȘILOR ȘI A VICTIMELOR

1. Natalie Angier, „When Push Comes to Shove”, New York Times, 20 mai 2001.

2. S. H. Verhovek, „Can Bullying Be Outlawed”, New York Times, 11 martie 2001.

3. W. Craig și D. Pepler, Naturalistic Observations of Bullying and Victimization on the Playground (1997), LaMarsh Center for Research on Violence and Conflict Resolution, York University, citat în Barbara Coloroso, The Bully, the Bullied, and the Bystander (Toronto: HarperCollins, 2002), p. 66.

4. Stephen Suomi este primatolog la Institutul Național pentru Sănătatea Copilului și Dezvoltarea Umană din Maryland. Aici a studiat efectele mediilor de creștere asupra comportamentului tinerilor macaci rhesus. Descoperirile sale au fost publicate în S. J. Suomie, „Early Determinants of Behaviour. Evidence from Primate Studies,” British Medical Bulletin 53 (1997):170–184. Munca sa este, de asemenea, revizuită de Karen Wright în „Babies, Bonds and Brains” în Discover Magazine, octombrie 1997.

5. Natalie Armstrong, „Study Finds Boys Get Rewards for Poor Behaviour”, Vancouver Sun, 17 ianuarie 2000.

6. Angier, „When Push Comes to Shove”.

CAPITOLUL 12: O TURNĂ SEXUALĂ

1. Studiu publicat în Canadian Journal of Human Sexuality, publicat în Revista Macleans, 9 aprilie 2001.

2. The Globe and Mail, 24 aprilie 2004, p. A6.

3. Barbara Kantrowitz și Pat Wingert, „The Truth About Tweens”, Newsweek, 18 octombrie 1999.

4. Sursa noastră pentru aceasta este cartea Dr. Helen Fisher Anatomy of Love (New York: Ballantine Books, 1992). Dr. Fisher este antropolog la Muzeul American de Istorie Naturală și este beneficiarul unui număr de premii prestigioase, ca recunoaștere a muncii sale.

5. Acestea au fost concluziile la care au ajuns Dr. Alba DiCenso de la Universitatea McMaster și colegii ei (G. Guyatt, A. Willan și L. Griffith) atunci când au asimilat și revizuit constatările a douăzeci și șase de studii anterioare din 1970 până în 2000. studiu substanțial a fost publicat în British Medical Journal în iunie 2002 (vol. 324) sub titlul „Intervenție pentru reducerea sarcinilor neintenționate la adolescenți: revizuire sistematică a trialurilor controlate aleatorie”.

CAPITOLUL 13: STUDENTI NEPRESABILI

1. Un exemplu este provincia natală a autorilor Columbia Britanică, de exemplu, unde educatorii și administratorii școlii au fost perplexi de un studiu din 2003 care a arătat o astfel de scădere.

2. Alimentarea acestui model de învățare peer-learning în cercurile educaționale este o neînțelegere nefericită a ideilor lui Jean Piaget, marele evoluist elvețian, despre învățarea prin cooperare. Piaget a afirmat într-adevăr că copiii învață cel mai bine atunci când interacționează unii cu alții. Nu este luată în considerare perspectiva de dezvoltare în cadrul căreia teoretiza - ideea că un puternic sentiment de sine trebuie să apară înainte ca interacțiunea cu colegii să poată facilita învățarea adevărată. Potrivit lui Piaget, doar pe măsură ce copiii au ajuns să-și cunoască propriile minți, interacțiunea între ei le-ar ascuți și aprofunda înțelegerea. El a perceput profesorii autoritari ca având un efect de amortizare asupra acestui proces de individuare cognitivă, cel puțin în comparație cu relația mai egalitară a colegilor. Teoriile lui Piaget au fost formulate în urmă cu patruzeci de ani în Europa continentală, unde studenții erau foarte orientați spre adulți, iar sistemul educațional ierahic. În America de Nord, ideea lui Piaget a fost scoasă din contextul dezvoltării și aplicată într-un mediu social complet diferit. Despărțit complet de ancorarile sale originale în atașamentul pentru adulți, modelul de învățare între egali a devenit furie în rândul teoreticienilor educaționali.

Nu este nimic greșit cu ideea lui Piaget într-un cadru adecvat: învățarea prin cooperare stimulează gândirea, dar numai cu acei copii care și-au format propriile idei despre un subiect în primul rând și sunt capabili să opereze din două puncte de vedere simultan. În caz contrar, interacțiunea servește la suprimarea individualității în devenire, la descurajarea originalității și la facilitarea dependenței de semeni.

CAPITOLUL 14: COLECTAREA COPIILOR NOȘTRI

1. Allan Schore, Reglementarea afectelor și originea sinelui: Neurobiologia dezvoltării emoționale (Hillsdale, N.J.: Lawrence Erlbaum Associates, 1994), pp. 199–200.

2. Stanley Greenspan, The Growth of the Mind (Reading, Mass.: Addison-Wesley, 1996).

CAPITOLUL 17: NU CONDUCEȚI CONCURENȚIA

1. Aceasta a fost o constatare consistentă în numeroase studii. Un exemplu de astfel de studiu este R. E. Marcon, „Moving Up the Grades: Relationship Between Preschool Model and Later School Success", Early Childhood Research & Practice vol. 4, nr. 1 (primăvara 2002).

2. Aceasta conform unui articol special Time (27 august 2001) despre educația la domiciliu. Aparent, există un motiv întemeiat pentru acest lucru, deoarece studenții educați acasă obțin cele mai mari note la testele standardizate și depășesc alți studenți la examenele de admitere la facultate, inclusiv testul de aptitudine școlară (SAT).

3. Jon Reider a fost citat în G. A. Clowes, „Home-Educated Students Rack Up Honours", School Reform News, iulie 2000.

4. Biroul de Statistică a Muncii, Departamentul Muncii din SUA, Washington, D.C., 2000.

5. Sarah E. Watamura, Bonny Donzella, Jan Alwin, Megan R. Gunnar, „Creșteri de la dimineața la după-amiază în concentrațiile de cortizol pentru sugari și copii mici la îngrijirea copilului: diferențe de vârstă și corelații comportamentale", Child Development 74 (2003): 1006–1021.

6. Carol Lynn Martin și Richard A. Fabes, „The Stability and Consequences of Young Children's Same-Sex Peer Interactions", Developmental Psychology 37 (2001): 431–446.

7. Early Child Care Research Network, Institutul Național de Sănătate a Copilului și Dezvoltare Umană, „Cantitatea de timp petrecută în îngrijirea copilului prezice ajustarea socioemoțională în timpul tranziției la grădiniță?" Dezvoltarea copilului 74 (2003):976–1005.

8. Stanley I. Greenspan, „Child Care Research: A Clinical Perspective", Child Development 74 (2003):1064–1068.

9. Eleanor Maccoby, profesor emerit de psihologie a dezvoltării la Universitatea Stanford, a fost intervievată de Susan Gilbert de la New York Times pentru articolul ei „Turning a Mass of Data on Child Care into Advice for Parents", publicat pe 22 iulie 2003.

10. Acest studiu este discutat în cartea profesorului de la Universitatea Cornell Urie Bronfenbrenner, Two Worlds of Childhood (New York: Russel Sage Foundation, 1970).

11. Fosta scriitoare de manuale este Judith Harris și face această afirmație în mod repetat în cartea ei The Nuture Assumption (New York: Simon & Schuster, 1999).

12. Prima literatură despre stima de sine a fost fără echivoc în ceea ce privește rolul părintelui. Carl Rogers și Dorothy Briggs — printre mulți alții — au considerat că punctul de vedere al unui părinte despre copil a fost cea mai importantă influență asupra modului în care copilul a ajuns să se gândească la el însuși. Din păcate, părinții au fost înlocuiți ca oglinzi în care copiii caută acum o reflectare a lor.

Literatura și cercetarea contemporană reflectă doar ceea ce este, nu ceea ce ar trebui să fie sau ce ar putea fi. În încercările noastre de a afla despre copii, cercetătorii pun întrebări despre de unde își au sentimentul de semnificație și despre cine contează cel mai mult pentru ei. Cu cât copiii devin mai orientați spre egali, cu atât mai mult îi indică pe semenii lor ca fiind cei care contează. Când această cercetare este publicată, rezultatele obținute de la subiecții tineri orientați spre egali sunt prezentate ca fiind normale, fără nicio încercare de a le plasa într-un fel de context istoric sau de dezvoltare. Pentru a complica și mai mult problema, testele de stima de sine sunt construite folosind întrebări care se concentrează pe relațiile între semeni, închizând cercul ilogicului. Astfel, psihologii sunt conduși în rătăcire de instinctele distorsionate ale copiilor pe care îi studiază. Concluziile și recomandările derivate din astfel de cercetări sunt afectate de dinamica orientării către colegi care a creat chiar problemele pe care cercetătorii nefericiți încercau să le abordeze!

CAPITOLUL 18: RECREAȚI SATUL ATAș

1. Cronologia istorică a programării intergeneraționale din Ontario este publicată pe Internet de United Generations.

CAPITOLUL 19: REVOLUȚIA DIGITALĂ ȘI ÎNFORMĂ

1. Faptele și cifrele din acest capitol și din următorul provin în principal de la USC Annenberg Center for the Digital Future și Kaiser Family Foundation. Alte surse includ intrarea pe rețelele sociale a sondajelor Wikipedia și Nielsen și statisticile privind utilizarea mass-media.

2. Gwenn Schurgin O'Keeffe, M.D. și Kathleen Clarke-Pearson, M.D., Council on Communications and Media, „The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families", Pediatrics 124, nr. 4 (2011): 800–804.

3. Fuchun Lin, Yan Zhou, Yasong Du, Lindi Qin, Zhimin Zhao și colab., „Integritatea anormală a materiei albe la adolescenții cu tulburare de dependență de internet: un studiu de statistică spațială bazată pe tract", PLoS ONE 7, nr. 1 (2012), plosone.org/article/info:doi/10.1371/journal.pone.0030253; Haifeng Hou, Shaowe Jia, Shu Hu și colab., „Transportatori de dopamină striatale reduse la persoanele cu tulburare de dependență de internet", Jurnalul de Biomedicină și Biotehnologie, 2012, hindawi.com/journals/bmri/2012/854524.

4. Leslie J. Seltzer, Ashley R. Prososki, Toni E. Ziegler și Seth D. Pollak, „Instant Messages vs. Speech: Hormones and Why We Still Need to Hear Each Other", Evolution & Human Behavior 33, nr. 1 (ianuarie 2012): 42–45.

5. Diana I. Tamir și Jason P. Mitchell, „Disclosing Information About the Self Is Intrinsically Rewarding", PNAS 109, nr. 21 (mai 2012): 8038–8043.

6. Sondajele recente au confirmat raportul anterior al USC Annenberg Center for the Digital Future privind o scădere bruscă a timpului de familie față în față în gospodăriile conectate la internet, începând din 2007. De la o medie de douăzeci și șase de ore pe săptămână în prima jumătate a deceniului, timpul în care se confruntă familia a scăzut la puțin sub optsprezece ore pe săptămână până în 2010. Dr. Jeffrey Cole, directorul Centrului Annenberg, a declarat că timpul în familie a fost stabil cu câteva decenii înainte.

7. Linda A. Jackson, Alexander von Eye, Hiram E. Fitzgerald, Edward A. Witt și Yong Zhao, „Utilizarea internetului, jocul video și utilizarea telefonului mobil ca predictori ai indicelui de masă corporală (IMC) pentru copii, greutate corporală, studii academice Performanță și stima de sine socială și generală", Computers in Human Behavior 27, nr. 1 (2011):599–604.

8. Eșantionul a constat din 1.324 de utilizatori de internet australieni auto-selectați (1.158 utilizatori Facebook și 166 neutilizatori Facebook), cu vârste cuprinse între optsprezece și

patruzeci și patru de ani. Potrivit autorilor, utilizatorii Facebook au avut niveluri semnificativ mai ridicate de singurătate în familie decât utilizatorii Facebook. Tracii Ryan și Sophia Xenos, „Cine folosește Facebook? O investigație asupra relației dintre cei cinci mari, timiditate, narcisism, singurătate și utilizarea Facebook”, Computers in Human Behavior 27, nr. 5 (2011): 1658–1664.

9. Aceste cifre provin dintr-un articol al lui Stephen Marche, „Este Facebook Making Us Lonely?” care a apărut în numărul din mai 2012 al revistei The Atlantic.

10. Wilhelm Hofmann, Kathleen D. Vohs și Roy F. Baumeister, „What People Desire, Feel Conflicted About, and Try to Resist in Everyday Life”, Psychological Science 23, nr. 6 (2012):582–588.

CAPITOLUL 20: O CHESTIE DE TEMPORARE

1. Al nouălea sondaj anual (2009) realizat de Centrul USC Annenberg pentru Viitorul Digital.

2. Aceste cifre sunt dintr-un studiu Donald Shifrin realizat în 2010 pentru Academia Americană de Pediatrie. Dr. Shifrin este medic pediatru în statul Washington.

3. Gwenn Schurgin O'Keeffe discută raportul într-un articol al lui Doug Brunk, „Social Media Confuses, Concerns Parents", Pediatric News 45, nr. 2 (februarie 2011).

4. Michael A. Stefanone, Derek Lackaff și Devan Rosen, „Contingencies of Self-Worth and Social-Networking-Site Behavior", Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking 14, nr. 1–2 (ianuarie–februarie 2011):41–49.

5. Victoria J. Rideout, Ulla G. Foehr și Donald F. Roberts, Generation M2: Media in the Life of 8- to 18-Year-Olds: A Kaiser Family Foundation Study (ianuarie 2010).

6. Neil Postman, Building a Bridge to the 18th Century: How the Past Can Improve Our Future (New York: Alfred A. Knopf, 1999).

FOTO: © DARYL KAHN CLINE

GORDON NEUFELD, PH.D., este un psiholog clinician cu sediul în Vancouver, renumit la nivel internațional ca o autoritate principală în dezvoltarea copilului. Institutul său Neufeld oferă multe cursuri pe care le-a creat pentru părinți, educatori și profesioniști care îi ajută pe mai multe continente. El este recunoscut pentru capacitatea sa unică de a debloca indiciile problemelor aparent complexe ale creșterii și educației copiilor.

FOTO: © DAVID MIDDLETON

GABOR MATÉ, M.D., este medic și autorul bestseller-ului cărți When the Body Says No, Scattered Minds și In the Realm of Hungry Ghosts. O autoritate căutată în domeniul stresului, sănătății minții și corpului, ADHD, parenting și dependențe, el călătorește mult, adresându-se personalului medical, profesorilor și publicului laic din America de Nord și internațional.

Penguin
Random
House

Ce urmează pe lista ta de lectură?

Descoperă următoarea ta mare lectură!

Obțineți selecții personalizate de cărți și știri actualizate despre acest autor.

Inscrie-te acum.